



Ikt.sz.: B/41-.....95.....2018.

Tevékenység szakmai beszámoló

Tevékenység kódja, címe: V/6. Indulatkezelés játékosan

Foglalkozásvezető (k) neve: Chis Krisztián

Célja: Konfliktuskezelés, társas készségek és önismeret fejlesztése

Óraszám összesen: 8

A tevékenység időkerete: 2018 év 03 hó 01 naptól – 2018 év 04 hó 30 napig, az időtartamon belül:

- a tevékenység óraszámja összesen: 8 óra
- a program alkalmainak száma: 4 alkalom
- a program alkalmankénti óraszámja: 2 óra

A tevékenység résztvevői köre, és tapasztalat: 8 gyerek, akik a Békés-Tarhos Lakásotthonok különböző egységeiben élnek; megtapasztalhatták a feltétel nélküli elfogadó légkörben történő együttműködés hatásait. A foglalkozásnak része volt, az informálás, a megelőzés, a feltárás; mint a foglalkozás vezetője, tevékenységem során orientáltam, irányítottam, fejlesztettem, tanítottam, az ilyen alkalmak során a gyermekeknek lehetőségük nyílt átgondolni belső élményeiket, aktuális élethelyzetüket és problémáit, átélhették a megkönnyebbülést. A foglalkozások biztosították a kognitív strukturálódás lehetőségét/élményét, megtanították a problémák közötti eligazodásra, segítséget nyújtottak a döntéshozatalhoz, segítettek az alternatívák keresésében, támogatást nyújtottak a maladaptív magatartási sémáktól való megszabadulásban. Mindeközben a cél a gyermek felelősségének hangsúlyozása volt, érzelmeinek tisztázása, énképe alakulásának, javulásának elősegítése, további cél a érzelmi- és kapcsolatteremtési képessége zavarainak felismerése/leküzdése/csökkentése. A segítő kapcsolat során a konkrét probléma megoldása mellett a gyermekek a „tanulás” egyéb területein is előrehaladhattak. A foglalkozás keretében ez azt jelenti, hogy, rejtett képességeik szabadulhattak fel, illetve továbbvihetik a tapasztalati tanulás eredményeit, gazdagodnak a személyközi akciók tapasztalataival, az önreflexió és megértés új elemeivel, a reflektív jelenlét megtapasztalásával. Mindez kiegészült az azonosulás adta ismeretek, introspektív utak, megküzdési stratégiák megtanulásával.

A gyermekek számára előremutató volt az értékválasztások megtalálását elősegítő magatartás támogatása, megtanulhatják önmaguknak az aktualizálását, élményeik tudatosítását, egyszóval az önismeret útját.

A foglalkozások révén gyermekek megtanulhatták az „itt és most” élmények tudatosítását, aktualizálni átélésüket, tudni azt, ami végbemegy bennük; megtanulni

EFOP 1.2.7-16-2017-00018. „Útravaló” a Békés Megyei gyermekvédelmi szakellátásban élő ellátottak részére
Kedvezményezett: BM. Szociális, Gyermekvédelmi
Központ és Tegyesz 5600 Békéscsaba, Degré u. 59.
e-mail: bekes.szgyk@fago.hu; www.fago.hu



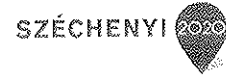
MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

SZÉCHENYI 2020

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



önmaguk és a másik megismerését. Ez tényleges változáshoz vezethet: ha valakit elfogadunk, becsülünk, akkor valószínűvé válik, hogy önmagával szemben gondoskodó, figyelő attitűdöt fejleszt ki. Ha a gyermekekre empatikusan odafigyelünk, lehetővé válik, hogy ők maguk pontosabban kövessék belső élményeinek áramlását. Valóságosabbá, őszintébbé válnak. Ezek a tendenciák oda vezetnek, hogy hatékonyabban elő tudják segíteni önmaguk fejlődését.

A tevékenység helyszínének bemutatása, tapasztalat: Békés, Kinizsi 2/2. A Békés Kinizsi utcai külső férőhely rendelkezik a foglalkozás lebonyolítására alkalmas befogadó térrel.

A tevékenység tematika egységenkénti célja, részóraszáma, alkalmazott módszerek, a megvalósítás eredményei, tapasztalatai:

1. tematika egység/téma: Asszertivitás játéka

Részóraszáma: 2

A feldolgozás során alkalmazott módszerek: Szerepjáték; A szereplőknek különböző konfliktushelyzeteket kell eljátszaniuk, agresszív, asszertív vagy szubmisszív módon.

A megvalósítás eredményei: A játékot megbeszélés követte a csoporttal, ki mit látott, hogyan sikerült a konfliktust megoldani, mennyire voltak tényleg agresszívek, asszertívek vagy szubmisszívek a szereplők.

A megvalósítás tapasztalatai: A gyerekek többségére a kezdeti bizonytalanságot követően, érdeklődés, alapvető nyitottság és együttműködési készség volt jellemző.

2. tematika egység/téma: Bizalom játék

Részóraszáma: 2

A feldolgozás során alkalmazott módszerek: Szocio-emocionális készségek fejlesztése, társas érintkezés facilitálása.

A megvalósítás eredményei: A tervezett gyakorlatok megvalósultak.

A megvalósítás tapasztalatai: A feladat során sikerült a keretek adta lehetőségeken belül, a csoportkohézió erősítését, a társakkal szembeni bizalom növelését elérni.

3. tematika egység/téma: A mi házunk

Részóraszáma: 2

A feldolgozás során alkalmazott módszerek: Közös tervezés, együttműködés serkentése, önérvényesítés optimalizálása.

A megvalósítás eredményei: Az önérdek és társas szempontok összhangba hozatala, eltérő perspektívák átvétele.

A megvalósítás tapasztalatai: A gyerekek a gyakorlat folyamán nyitottabbá váltak a többiekkel szemben.





4. tematika egység/téma: Csoportzárás

Részóraszám: 2

A feldolgozás során alkalmazott módszerek: Feltárulkozó kommunikáció, saját élmények bemutatása, tapasztalatok feldolgozása és integrálása.

A megvalósítás eredményei: A tréning összegzése, az elsajátított készségek beillesztése a viselkedési repertoárba.

A megvalósítás tapasztalatai: A legfontosabb elemek egyike, a közvetlen élményt követő feldolgozás, a megbeszélés: a reflexió és az önreflexió.

A foglalkozások legfőbb célja: a jól működő érett személyiség kialakulásának a segítése, amely több fő csomópontra koncentrált:

- megfelelő belső pszichés funkciók szintje: (valóság-hű észlelés, kialakult identitás, megfelelő szintű autonómia, a világ felé való nyitottság és életöröm).
- jó társas kapcsolatok kiépítésének képessége, (szeretetet adni és kapni tudás, az intimitás megélésének képessége, empátia).
- alkotóképesség, tevékenységben való helytállás (keresi és megtalálja a magának való hivatást, képességei szerint teljesít, alkalmazkodik a változó világhoz, és megfelelően önértékesítő is).
- az erkölcsi fejlődés megfelelő szintjének az elérése, (erkölcsi szilárdság, lelkiismereti érettség, stabil értékrend, ugyanakkor rugalmasság).
- az egészséges ember lelki védelmi funkcióinak a megléte: (érzelmi biztonság, a nehézségekkel való együttélés képessége, a stresszel, veszteségekkel való megküzdés képessége, a saját belső erőforrások bevonása a problémák megoldásába, mer és tud segítséget kérni olyan helyzetekben, amelyekkel önmaga, nem tud megküzdeni).

A foglalkozásban alkalmazott módszerek:

- a beszélgetés, mint a tanácsadás fő módszere, melyet a folyamatban végig alkalmaztunk. Fontos szerepe van a gyerek megértésében és az információk áramoltatásában egyaránt.
- az öndefiníció kialakulását támogató eljárások.
- az információhordozó eszközök hatékony használata az összefüggésbe hozható releváns információk keresése és kezelése.
- az alternatívák közötti mérlegelést elősegítő eljárások, döntés kialakításához.
- facilitáló körülmények biztosítása, amelyek elősegítik a gyerek önfeltárását, önmegértését és problémamegoldó aktivitását.
- lehetővé tenni, hogy minden szóba kerülhessen, ami a gyermek számára fontos – elmondhassa gondolatait, érzelmeit, gondjait.

A résztvevők az alkalmakon megtapasztalhatták:

- önfeltárás lehetővé tétele,
- spontaneitás, természetes megnyilvánulás,
- tolerancia mindenféle mássággal szemben,
- a személyes érzések és a tárgyyszerű, címkézés nélküli leírások használata az interakciókban,





- az egyén bevonódása és aktív tevékenysége a csoporttevékenységbe,
- megértő, elfogadó, segítő magatartás a többiekkel szemben,
- a közösség fontosságának elfogadása, jelentőségének tudatosítása, hatóerő jellegének megértése.

Érintett területek:

Konfliktuskezelés: A problémamegoldás egyszerre önérvényesítő és együttműködő. Magában rejti azt a törekvést, hogy együtt dolgozva a másik személlyel találjanak valamilyen megoldást, mely teljesen megfelel mindkettőjük szándékainak. A személyközi konfliktusok kezeléséhez a gyerekek a kommunikációt alkalmazhatták a legkézenfekvőbb módszerként.

Énközlés: Az énközlés készségének elsajátításával pontosabban tudják megfogalmazni saját belső világuk történéseit, képessé válnak a pontos, korrekt kommunikációra.

Értő figyelem

Az értő figyelem által csökkentik a félreértéseket és torzításokat a személyközi kommunikációban. Az értő figyelem a meghallgatni tudás technikája, a konfliktuskezelésben a másik megértésének az eszköze.

Kreatív problémamegoldás

A konfliktusok úgy rendeződnek, hogy egyik fél sem veszít, egyik fél sem győz. Azaz, mindkét fél győz, mert a megoldásnak mindkettőjük számára elfogadhatónak kell lennie. A konfliktust a végső megoldásról hozott kölcsönös megegyezéssel rendezik.

Önkontroll

Az önkontrollfunkciók a szocializáció során alakulnak ki, a legkisebb kortól kezdve.

Az önkontrollfunkciók között a késleltetés, frusztrációtűrés, kitartás képessége, mint pozitív önkontrollfunkció a kívánatos magatartás megjelenését segíti elő. A kísértéssel szembeni ellenállás és a lelkiismereti funkció pedig a nem kívánatos cselekvések gátlását teszi lehetővé.

Önmegvalósítás

Az önmegvalósítás a személyiség kiteljesítése, vagyis azzá válni, amire a legjobb képességeink és adottságaink, lehetőséget adnak.

Minden embernek megvan az a képessége, hogy pozitív irányba fejlődjen. Ez a fejlődés az önmegvalósítás, a növekedés és az egészség irányába halad. Minden ember önmagában hordozza értékét, élete irányításának képességét.

Dátum: 2018. május 05.

.....
Foglalkozásvezető aláírása

