

## **Dlaczego socjoterapia jest ważna dla ucznia?**

### **Program i zasady zajęć.**

#### **Założenia programu**

Socjoterapia jest bezpośrednią formą pomocy adresowaną zwykle do dzieci z zaburzeniami zachowania, spotkań grupowych i indywidualnych, które służą realizacji celów terapeutycznych, edukacyjnych i rozwojowych. Zapełnia ona lukę w sposobach udzielania pomocy psychologicznej dzieciom i młodzieży z objawami nieprzystosowania społecznego, dzieciom wychowującym się w rodzinach problemowych czy dzieciom zachowującym się kłopotliwie. Socjoterapia wykorzystywana jest w szkołach w ramach działań profilaktycznych w naturalnym środowisku wychowawczym.

Istotne w procesie socjoterapii są: formy aktywności uczestników zajęć, kontakt terapeutyczny, grupa będąca przedmiotem i podmiotem zmiany korekcyjnej, charakter zaburzenia osób, do których proces socjoterapeutyczny jest adresowany.

Socjoterapia ukierunkowana jest na eliminowanie lub na zmniejszenie poziomu zaburzeń, zwłaszcza zaburzeń zachowania, nadpobudliwości i zahamowania niektórych zaburzeń emocjonalnych u dzieci i młodzieży. Zaburzenia te zakłócają proces socjalizacji, utrudniają rozwój osobisty i społeczny, powodują i intensyfikują trudności szkolne.

U podłoża znacznej grupy zaburzeń przejawiających się często zachowaniami nieakceptowanymi społecznie, tkwią zwykle czynniki środowiskowe. Część tych dzieci pochodzi z rodzin, w których wzajemne stosunki między dzieckiem a rodzicami są niepomysłne, występuje problem uzależnienia lub przestępczości, a także psychologiczne albo społeczne nieprzystosowanie rodziców.

Te niekorzystne warunki wychowawcze wpływają na przebieg rozwoju osobistego i społecznego dzieci oraz na rozumienie problemów i otaczającej dziecko rzeczywistości. Dlatego też zadaniem socjoterapii jest wspomaganie dzieci w rozwoju i pojmowaniu rzeczywistości.

#### **1. Kierunki pracy socjoterapeutycznej**

Zajęcia socjoterapeutyczne ukierunkowane były na realizację celów terapeutycznych, edukacyjnych i rozwojowych.

**CELE TERAPEUTYCZNE** –wychodzi się z założenia, iż trudne zachowania u dzieci i młodzieży mają swoje tło psychiczne. Towarzyszą im zwykle przykre emocje, jak lęk,

poczucie winy, niepokój, poczucie krzywdy, gniew, złość, osamotnienie itp. oraz określone sądy poznawcze na temat własnej osoby, innych ludzi i wobec świata. Przyjmuje się, że są one wynikiem doświadczanych w przeszłości lub aktualnie trudnych stanów emocjonalnych, z którymi nie mogło lub nie może sobie dziecko poradzić.

Terapeutyczny charakter postępowania polega na organizowaniu takich sytuacji społecznych podczas grupowych spotkań, które:

- dostarczą uczestnikom zajęć doświadczeń korekcyjnych przeciwstawnych do treści doświadczeń urazowych;
- sprzyjać będą odreagowaniu napięć emocjonalnych;
- posłużą aktywnemu uczeniu się nowych umiejętności, sposobów zachowania.

**CELE EDUKACYJNE** – wspomagają proces nabywania wiedzy o sobie samym i o innych ludziach oraz proces rozumienia świata społecznego, a także ukierunkowują zmiany zachowań tak, by mogły one chronić dziecko przed kolejnymi urazami psychicznymi. Mogą obejmować poznawanie przez grupę dzieci różnorodnych zagadnień, które pozwolą im sprawniej funkcjonować społecznie i radzić sobie z różnymi problemami, np. uczenie się, rozpoznawania emocji, poznawanie mechanizmów uzależnień, uczenie się pełnienia określonych ról, uczenie się rozwiązywania konfliktów, poznawanie swoich mocnych stron itp.

**CELE ROZWOJOWE** – są zależne od wieku uczestników zajęć. W każdej fazie życia dominują określone potrzeby dziecka, których zaspokojenie odgrywa istotną rolę w procesie rozwoju. Projektowanie zajęć socjoterapeutycznych uwzględnia więc zaspokajanie podstawowych dla danego wieku potrzeb uczestników oraz podejmowanie zagadnień ważnych dla określonej grupy wiekowej. Program może być skonstruowany wokół takich zagadnień, jak rodzina, autoprezentacja, ulubione zabawy, przyjaźń, miłość, czas wolny, własne aspiracje itp.

## **2. Struktura zajęć socjoterapeutycznych**

Zajęcia socjoterapeutyczne miały charakter spotkań grupowych, na które składały się odpowiednio dobrane gry, zabawy i ćwiczenia. Każde spotkanie miało swój cel szczegółowy podporządkowany celowi ogólnemu oraz propozycje aktywności sprzyjające osiągnięciu założonych celów.

Cały cykl spotkań jak i każde spotkanie tworzyły dynamiczną całość, na którą składały się określone etapy pracy z grupą:

- a. Pierwszy etap to okres powstawania grupy.
- b. Właściwy etap pracy z grupą polega na realizacji celów terapeutycznych, edukacyjnych i rozwojowych.
- c. Ostatni etap pracy z grupą jest przygotowaniem do zakończenia jej funkcjonowania.

Poszczególne zajęcia miały swoją strukturę i formę :

- rytualne powitanie, podzielenie się informacjami na temat wydarzeń między zajęciami lub na temat aktualnego stanu emocjonalnego uczestników zajęć;
- gry i zabawy wyciszające lub energetyzujące zależnie od nastroju grupy i jej energii;
- gry i ćwiczenia stwarzające sytuacje psychokorekcyjne, edukacyjne lub rozwojowe służące aktywnemu nabywaniu doświadczeń emocjonalnych i poznawczych;
- omówienie (podsumowanie) każdego ćwiczenia;
- rytualne zakończenie zajęć.

### **3. Cele i treści programu**

Celem nadrzędnym programu było kształtowanie osobowości oraz wspieranie i stymulowanie rozwoju społecznego dzieci przejawiających zaburzenia w zachowaniu. Wywieranie na nie takiego wpływu, by umiały współżyć z ludźmi, by radziły sobie z rozwiązywaniem problemów bez nadmiernego napięcia emocjonalnego oraz, by umiały wybrać to, co jest dla nich zdrowe.

#### **Cele programu:**

- poprawa społecznego i emocjonalnego funkcjonowanie dzieci i nauka nowych umiejętności społecznych,
- nauka wychodzenia z ról niekorzystnych dla dzieci,
- nauka rozpoznawania i wyrażania emocji,
- stworzenie możliwości odreagowania napięć oraz wyzwalania emocji,
- rozwijanie zdolności akceptacji siebie i innych oraz empatii,

- poznawanie przez dzieci swoich mocnych stron, budowanie pozytywnego obrazu siebie,
- nabycie umiejętności rozwiązywania konfliktów,
- rozwijanie asertywności, uczenie się mówienia „nie”,
- nauka spostrzegania zagrożeń,
- nauka umiejętności organizowania i planowania czasu wolnego,
- poznanie przez dzieci metod radzenia sobie ze stresem,
- nawiązywanie współpracy z rodzicami dzieci, z pedagogiem szkolnym, nauczycielami oraz innymi instytucjami ze szczególnym uwzględnieniem pomocy rodzicom we wspieraniu dzieci w rozwoju społecznym, emocjonalnym.

Realizacja powyższych celów była możliwa poprzez proponowane treści programowe jak też osobisty kontakt nauczyciela z dziećmi.

**Treści programowe** skupione były wokół następujących bloków tematycznych:

- Integracja
- Poznajemy siebie i innych
- Budowanie pozytywnej samooceny
- Moi najbliżsi – rodzina
- Nasze uczucia
- Asertywność
- Skuteczna komunikacja
- Rozwiązywanie konfliktów
- Radzenie sobie ze stresem
- Profilaktyka uzależnień

#### **4. Metody pracy z grupą**

W realizacji programu stosowane były różne metody pracy z grupą, m.in.:

- **praca w kręgu** – umożliwiała wszystkim uczestnikom grupy bezpośredni kontakt wzrokowy, sprzyjała nawiązywaniu kontaktu emocjonalnego, zmniejszała dystans między dorosłym a dziećmi;
- **rundka** – pomagała uczestnikom zwerbalizować swoje uczucia, doświadczenia; każdy miał prawo wypowiedzieć się (nie obowiązek), podczas gdy inni słuchali i nie komentowali wypowiedzi;

- „burza mózgów” – aktywizowała grupę i wyzwalała jej potencjał twórczy, służyła generowaniu pomysłów na rozwiązanie określonego problemu, polegała na zapisywaniu wszystkich pomysłów bez ich oceny, zwłaszcza ze strony prowadzącego;
- **rysunki i prace plastyczne** – były bardzo ważną formą wypowiedzi dla dzieci mających trudności z werbalizacją, posługiwanie się kodem pozawerbalnym sprzyjało lepszemu porozumiewaniu się; dziecko przekazywało swoją wiedzę o świecie i swój stosunek emocjonalny do jego elementów, pokazywało, co widzi, co czuje, jak myśli;
- **inscenizacje, odgrywanie scenek** – umożliwiało wczucie się w sytuację innej osoby i jej zrozumienie, poruszenie ważnego problemu, odreagowanie emocjonalne ze zwrotną informacją od uczestników grupy;
- **śpiew i muzykowanie** – szczególnie młodszym dzieciom umożliwiało wyrażenie swoich uczuć, integrowało grupę poprzez wspólne działanie i uzyskany efekt końcowy;
- **zabawy i gry** – uwalniały dzieci od negatywnych przeżyć, służyły relaksowi i wprowadzeniu dobrego nastroju, podnosiły energię grupy, sprzyjały integracji grupy;
- **gry psychologiczne** – wprowadzały do grupy nową sytuację, w której uczestnik zdobywał nowe doświadczenie z zaangażowaniem własnego „ja”, kończyły się one zwykle omówieniem.

## 6. Forma realizacji programu

Zajęcia prowadzone były raz w tygodniu, po jednej godzinie.

## 7. Odbiorcy programu

Odbiorcami programu były dzieci z różnymi zaburzeniami zachowania i zaburzeniami emocjonalnymi, które mogą pochodzić z rodzin niewydolnych wychowawczo, dysfunkcyjnych, z problemem alkoholowym.

Szczególnie chciałam zwrócić uwagę na współpracę z rodzicami tych dzieci.

## 8. Rekrutacja uczestników zajęć

Rekrutacja uczestników na zajęcia socjoterapeutyczne dokonana została na podstawie:

- analizy dokumentów, m.in. badań psychologiczno – pedagogicznych i lekarskich wykonanych przez PPP i jej zaleceń;
- w porozumieniu z pedagogiem szkolnym.

### **9. Scenariusze zajęć socjoterapeutycznych**

Wszystkie zajęcia prowadzone były według wcześniej opracowanych scenariuszy. W doborze gier, zabaw, ćwiczeń kierowałam się potrzebami dzieci oraz charakterem ich zaburzeń. Proponowane zabawy, gry i ćwiczenia psychologiczne zostały wybrane i zmodyfikowane dla potrzeb grupy z propozycji zawartych w dostępnej literaturze psychologiczno – pedagogicznej. Wykorzystane były również doświadczenia zdobyte na kursach i szkoleniach warsztatowych.

Praktyka zawodowa wskazuje na to, że bardzo rzadko zdarza się, aby zajęcia od początku do końca miały przebieg zgodny z przygotowanym planem. Pod wpływem rozwoju sytuacji w grupie możliwe było modyfikowanie i dostosowywanie zajęć do ujawnianych potrzeb jej członków.

### **10. Założone efekty osiągnięć**

- zdobycie przez dzieci pozytywnych doświadczeń w grupie,
- zintegrowanie uczestników, wytworzenie poczucia wspólnotowości, stworzenie możliwości odreagowania emocji i napięć,
- zdobycie przez dzieci umiejętności społecznych, tj.: autoprezentacji, nawiązywania kontaktów, empatii, mówienia „nie”, wyrażania własnego zdania, zdolności wykorzystania swoich mocnych stron, rozumienia i nazywania przeżywanych uczuć, konstruktywnego radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych,
- zdobycie wiedzy z zakresu profilaktyki uzależnień,
- nawiązanie ścisłej i rozwijającej się współpracy z rodzicami w celu poprawy wglądu w potrzeby i mocne strony dzieci oraz umocnienia więzi między nimi i rodzicami.
- 

*Sylwia Ciesiun*

*Zespół Szkolno-Przedszkolny w Reszlu*