

**Gimnazjum Nr 55
przy Zespole Szkół Specjalnych Nr 4
w Krakowie**

**PROGRAM SOCJOTERAPEUTYCZNY
dla młodzieży zagrożonej niedostosowaniem
społecznym
klasa III A, IIIAA**

rok szkolny 2013/2014

**OPRACOWANIE:
mgr Marta Skrejko - Rygiel**

Kraków, 2013

KONCEPCJA PROGRAMU SOCJOTERAPEUTYCZNEGO DLA MŁODZIEŻY W WIEKU 13-18 LAT ZAGROŻONEJ NIEDOSTOSOWANIEM SPOŁECZNYM

1. Założenia programowe

W życiu młodego człowieka szczególną rolę przypisuje się umiejętności rozumienia otaczającego go świata, dostrzeganie związków w nim zachodzących i współdziałania. Wielu osobom z trudem przychodzi nawiązywanie i utrzymywanie pozytywnych kontaktów z innymi ludźmi, włączenie się do grupy, wykazywanie zrozumienia i konstruktywne radzenie sobie z problemami i konfliktami. Tak zwani „trudni uczniowie” niepokoją nieprawidłowymi formami zachowań. Zaburzenia w funkcjonowaniu młodzieży ujawniają się w relacjach z rówieśnikami, dorosłymi oraz w relacjach z samym sobą. Rodzice potwierdzają taki stan rzeczy wskazując na bezradność. Jedną z form pomocy uczniom przejawiającym tego typu trudności są grupy socjoterapeutyczne, gdzie podkreślana jest wartość terapii grupowej jako sprawdzonego i skutecznego sposobu przywracania normalnych stosunków jednostki z otoczeniem.

Uczestnictwo w działaniach grupy rozwija zdolności radzenia sobie z problemami emocjonalnymi, związanymi z zachowaniem, kontaktami społecznymi, zdrowiem psychicznym oraz problemami dotyczącymi procesu rozwojowego.

Wychodząc naprzeciw tym założeniom opracowany został PROGRAM SOCJOTERAPEUTYCZNY DLA MŁODZIEŻY ZAGROŻONEJ NIEDOSTOSOWANIEM SPOŁECZNYM.

Adresatami tego programu są uczniowie klas IA, IIA, IIIA. Jest to młodzież zagrożona niedostosowaniem społecznym, skierowania do naszej placówki przez poradnie psychopedagogiczne

Uwzględniając specyfikę indywidualnych jednostek, rodzajów problemów, sytuacji rodzinnych i szkolnych wyróżniono OBSZARY DZIAŁAŃ zawarte w programie:

1. BEZPIECZEŃSTWO W SZKOLE I WZAJEMNE RELACJE MIĘDZY UCZNIAMI
2. WYWIĄZYWANIE SIĘ Z OBOWIĄZKÓW UCZNIĄ
3. WSPÓŁPRACA Z PRACOWNIKAMI SZKOŁY
4. PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ
5. PEDAGOGIZACJA RODZICÓW

Ze względu na specyfikę szkoły i obecność w niej dzieci niepełnosprawnych intelektualnie właściwym dla rozwoju młodzieży zagrożonej niedostosowaniem społecznym wydaje się włączenie tych uczniów w pomoc i opiekę nad niepełnosprawnymi kolegami. Sprzyjać to będzie rozwojowi sfery emocjonalno-społecznej młodzieży, uwrażliwieniu i kształceniu poczucia odpowiedzialności za młodszych i słabszych.

Dlatego dodatkowym obszarem działań ujętych w programie będzie:

POMOC W NAUCE I OPIECIE NAD UCZNIAMI SZKOŁY PODSTAWOWEJ.

2. Cele programu

Socjoterapia, jako metoda pracy w grupie zakłada realizację trzech podstawowych celów, które uzupełniają się wzajemnie.

Są to cele:

- TERAPEUTYCZNE
- EDUKACYJNE
- ROZWOJOWE

CELE TERAPEUTYCZNE- rozumiane jako tworzenie możliwości odreagowania emocji i napięć powstających na skutek wzrastanie w urazowym otoczeniu, a także na skutek niepowodzeń szkolnych i społecznych oraz uzyskanie korekcyjnych doświadczeń emocjonalnych pozwalających na zmianę wzorców zachowań i zmianę sądów poznawczych w trakcie uczestnictwa w zajęciach.

Są to zatem:

- stworzenie okazji do odreagowania napięć emocjonalnych
- budowanie pozytywnego obrazu samego siebie
- zwiększanie poczucia własnej wartości
- zaspokojenie potrzeby bycia ważnym

CELE EDUKACYJNE – pozwolą uczniom zdobyć wiedzę o podstawowych i aktualnych problemach .

Będą więc obejmować:

- wzajemne poznanie się, integrację grupy
- wytworzenie atmosfery bezpieczeństwa, zaufania i wsparcia
- ustalenie reguł i norm grupowych

- nabywanie umiejętności wyrażania uczuć
- rozpoznawanie emocji u siebie i u innych
- uświadamianie sobie, że uczucia mogą się zmieniać
- ćwiczenie umiejętności koniecznych do wzięcia odpowiedzialności za swoje zachowanie w kontaktach z innymi i do panowania nad tymi zachowaniami
- ćwiczenie umiejętności radzenia sobie z napięciem
- świadome, wolne od agresji radzenie sobie z konfliktami
- wypracowanie sposobów radzenia sobie z konfliktami

CELE ROZWOJOWE – oznaczają nabywanie podczas zajęć umiejętności społecznych przydatnych w radzeniu sobie z posiadanymi problemami, które służyć będą rozwojowi społecznemu i osobistemu.

- rozpoznawanie emocji u siebie i innych
- poznanie własnej podatności na wpływy innych osób
- rozwijanie koncentracji uwagi
- rozwijanie twórczego myślenia
- zgodne działanie w zespole i współdziałanie z innymi
- analiza ćwiczonych umiejętności
- odczuwanie radości z wykonanego zadania

Zaplanowane cele realizowane będą poprzez różnorodne formy i metody

3. Procedury osiągnięcia celów

Metody, formy i techniki pracy

W socjoterapii wykorzystuje się różne metody pracy z grupą. Podstawą ich jest praca w kręgu i rundka jako technika dzielenia się swoimi doświadczeniami. Siedzenie w kręgu umożliwia wszystkim uczestnikom bezpośredni kontakt wzrokowy, sprzyja nawiązywaniu kontaktu emocjonalnego, wyrównuje pozycje społeczne i zmniejsza dystans, zwłaszcza pomiędzy osobami prowadzącymi a uczestnikami spotkań.

KRĄG – jest stałym elementem zajęć socjoterapeutycznych na ich początku i końcu.

RUNDKA – to technika pomagająca zwerbalizować swoje odczucia. Wykorzystywana jest zwykle w podsumowaniu ćwiczeń i polegać może na

kończeniu rozpoczętego zdania czy udzielaniu odpowiedzi na postawione pytanie. Rundka oznacza, że każdy ma prawo (nie obowiązek) wypowiedzieć się, gdy inni słuchają nie komentują wypowiedzi.

BURZA MÓZGÓW – jako kolejna technika w pracy z grupą, aktywizuje ją do działania i wyzwala potencjał twórczy. Służy generowaniu niczym nie skrępowanych pomysłów na rozwiązanie określonego problemu. Polega na rejestrowaniu przez prowadzącego wszystkich pomysłów bez ich oceny. Propozycje płynące od grupy mogą być realne i nierealne, czasem wręcz absurdalne. Nie decyduje bowiem ich jakość lecz ilość wygenerowana w najkrótszym czasie. Z tworzonej w ten sposób listy grupa może wybrać pomysł najbardziej skuteczny lub najciekawszy. Technika ta daje szansę wypowiedzenia się każdemu, nawiązania i utrzymania kontaktu oraz zaangażowanie się.

RYSUNKI I PRACE PLASTYCZNE – są bardzo ważną formą wypowiedzi dla osób mających problem z werbalizacją. W twórczości plastycznej jednostka przekazuje swoją wiedzę o świecie i swój stosunek emocjonalny do jego elementów, pokazuje co widzi, co czuje, jak myśli. W wytworach plastycznych uczestnicy zajęć socjoterapeutycznych mają zapewnioną swobodę , mogą wyrazić siebie, swoje uczucia i przeżycia, rzutować swoje urazy i konflikty na tworzywo plastyczne, uwalniać się od napięć psychicznych. Wspólna praca umożliwia także przeżycie sukcesu. Wykonanie pracy plastycznej, jej omówienie, potem prezentacja to okazja do przeżycia satysfakcji, dumy i zadowolenia.

INSCENIZACJE, ODGRYWANIE SCENEK – to technika korekcyjna nawiązująca do psychodramy. Polega na odegraniu jakiego zadania według gotowego scenariusza lub scenariusza przygotowanego przez grupę. Tematem inscenizacji są rzeczywiste problemy członków grupy, poruszenie jakiegoś ważnego problemu, odreagowanie emocjonalne ze zwrotną informacją od członków grupy.

ZABAWA – podstawowa forma pracy socjoterapeutycznej. Towarzyszy także młodzieży i osobom dorosłym. Zabawa w przeciwieństwie do nauki i pracy jest aktywnością nie wynikającą z konieczności, lecz z wolnego wyboru. Wynika z potrzeby danej chwili, dostarcza określonych przeżyć oraz sprawia przyjemność, zadowolenia, radość. Podejmując zabawę człowiek uwalnia się od codziennych zadań życiowych. Zabawa pozwala na doświadczenie humoru, radości, przyjemności z bycia razem. W zabawie nie występuje rywalizacja, biorą w niej udział uczestnicy grupy wraz z prowadzącymi na zasadzie dobrowolności. Zabawy w socjoterapii mają charakter ludyczny, uwalniają uczestników od negatywnych przeżyć.

GRY – odmiana zabawy mogąca zawierać elementy rywalizacji. Gra psychologiczna wprowadza do grupy sytuację, w której uczestnik zdobywa nowe doświadczenie z zaangażowaniem własnego „ja”. Kończy się zwykle omówieniem.

ŁAŃCUCH SKOJARZEŃ – metoda ta pomaga zrozumieć samego siebie, daje też możliwość poznania i zrozumienia przeżyć innych. Hasło do tej metody powinno wiązać się z ogólnym tematem danego spotkania. Zadaniem tej metody jest szybkie i spontaniczne zapisanie skojarzeń.

METODA SYTUACYJNA – polega na analizowaniu przez uczestników konkretnych sytuacji wziętych z życia. Może przebiegać w formie dyskusji (ogólnej lub w małych grupach), albo w formie napisania wniosków przez każdego uczestnika oddzielnie. Opracowane wnioski przedstawi się następnie ogółowi uczestników. Sytuację (zadanie) bierze się z życia albo przygotowuje ją prowadzący. Dana sytuacja powinna odpowiadać zainteresowaniom grupy. Jej celem jest gruntowne przemyślenie danej sytuacji, dostrzeżenie ewentualnych błędnych rozwiązań, odkrycie różnych możliwości, korzystnych rozwiązań, wyciągnięcie wniosków dla własnego postępowania.

O przebiegu zajęć decyduje nie tylko adekwatny do potrzeb konkretnej grupy i celów dobór gier, zabaw, ćwiczeń, ale także przyjemna atmosfera, która w znacznym stopniu zależy od sposobu pracy osób prowadzących terapię. Jego rola polega na budowaniu zaufania w grupie oraz interweniowaniu w sytuacjach, które zagrażają realizacji celów.

Organizacja pracy

Program ten powstał z potrzeby niesienia pomocy młodzieży z nadpobudliwością psychoruchową, z przejawami agresji w zachowaniu, niestabilnym emocjonalnie, sprawiającym kłopoty sobie i innym w domu, szkole i poza nią, ale także dla tych, którym na co dzień brakuje odwagi, by pewnie kroczyć w trudnej rzeczywistości.

Podstawowym kryterium doboru do grupy socjoterapeutycznej jest diagnoza zespołów orzekających działających w poradniach psychologiczno-pedagogicznych i wskazanie uczniów, którym taki rodzaj aktywności jest potrzebny.

Dokumentami, służącymi odnotowaniu przeprowadzonych zajęć będą **DZIENNIKI LEKCYJNE** klas. Zawierają one dane, na które składają się informacje o:

- dacie spotkania
- prowadzącym
- czasie trwania zajęć
- kolejnym numerze spotkania
- liczbie osób uczestniczących w spotkaniu
- temacie spotkania

Ramy czasowe

Program realizowany będzie od września 2013 do czerwca 2014 roku. Zajęcia odbywać się będą dwa razy w tygodniu po jednej godzinie z całą klasą.

Każdy blok tematyczny realizowany będzie przez około półtora miesiąca. Szczególną rolę należy przypisać pierwszemu blokowi tematycznemu „Integracja i budowa zaufania w grupie”. Wobec tego cykl zajęć z tego bloku zostanie wydłużony do dwóch miesięcy z początku roku szkolnego. Również tematyka dotycząca poczucia własnej wartości, biorąc pod uwagę przeszłość uczniów, urazy związane z niepowodzeniami szkolnymi musi być realizowana w dłuższym odcinku czasu.

Szczególne miejsce w realizacji programu zajmują elementy TRENINGU ZASTĘPOWANIA AGRESJI. Jest to interwencja zawierająca program nauczania konkretnych umiejętności z repertuaru zachowań prospołecznych, stosowana z wykorzystaniem: modelowania, odgrywania ról, informacji zwrotnej, przenoszenia umiejętności ćwiczonych w grupie do codziennego życia. Temu poświęcone będzie 8 kolejnych spotkań.

Zajęcia zakończone zostaną zajęciami „Zamknięcie grupy”. Na ten temat przeznaczone będą tylko dwa spotkania.

4. Materiał edukacyjny

Program zajęć socjoterapeutycznych składający się z zestawu scenariuszy o ustalonych celach i przebiegu skonstruowano w ten sposób, by znalazły się w nim elementy sytuacji korygujących szeroki zakres doświadczeń urazowych. Każde spotkanie ma swój cel szczegółowy, podporządkowany celowi ogólnemu oraz propozycje aktywności sprzyjające osiągnięciu założonych celów. Cały cykl spotkań jak i każde zajęcia tworzą pewną dynamiczną całość, na która składają się określone etapy pracy z grupą.

Pierwsze spotkania poświęcone są budowaniu klimatu bezpieczeństwa i zaufania, integrowaniu się grupy oraz wprowadzaniu uczestników w normy grupy socjoterapeutycznej. Następne zajęcia uczą postrzegania siebie i innych przez pryzmat potrzeb i uczuć. Kolejny cykl ma na celu wzmacnianie poczucia wartości i kształtowanie pozytywnego myślenia o sobie. Końcowe zajęcia służą

rozwijaniu umiejętności komunikacyjnych i uczyć konstruktywnego rozwiązywania problemów.

TEMATYKA ZAJĘĆ SOCJOTERAPEUTYCZNYCH:

Integracja i budowa zaufania w grupie

- wytworzenie bezpiecznej atmosfery między uczniami a prowadzącym
- ustalenie reguł i norm grupowych
- nauczenie się lepszego rozumienia siebie samych i innych, rozwijanie empatii, nauczenie się otwartego i bezpośredniego zachowania wobec innych w grupie „tu i teraz”

Emocje i wartości

- rozpoznawanie emocji i wartości
- rozpoznawanie przyczyn wściekłości i agresji
- dostrzeganie uczuć i ich wyrażanie
- opanowywanie i przezwyciężanie złości i agresji
- rozróżnianie pomiędzy odczuwaniem swych uczuć a poddawanie się im
- budowanie własnego systemu wartości i silnej osobowości

Poczucie własnej wartości

- rozwijanie samoświadomości i dzięki temu rozszerzenie możliwości wyboru działania
- nauczenie się akceptowania własnych ograniczeń
- rozwijanie wyobraźni i twórczego myślenia
- uczenie się autoreklamy
- uczenie się wykorzystywania swoich mocnych stron

Elementy Treningu Zastępowania Agresji

- rozwijanie podstawowych umiejętności prospołecznych
- nauka zastosowania podstawowych umiejętności prospołecznych
- wdrażanie do wykorzystywania alternatywnych umiejętności wobec agresji
- ćwiczenie umiejętności radzenia sobie ze stresem

Podjęcie decyzji i rozwiązywanie problemów

- poznanie etapów podejmowania decyzji i czynników wpływających na jej podjęcie

- oduczanie się nazbyt pochopnego podejmowania decyzji uczenie się dokonywania wyborów
- odkrycie sposobów rozwiązywania osobistych problemów

Asertywność

- poznanie modeli zachowań ludzi: uległość -asertywność- agresywność
- uczenie się respektowania praw innych
- rozwijanie umiejętności przedstawiania własnego zdania i własnych racji (bez agresji)
- poznanie i rozwijanie umiejętności odmawiania
- uczenie się radzenia sobie z konfliktami na drodze dyskusji

Zamknięcie grupy

- podsumowanie doświadczeń i umiejętności nabytych podczas zajęć
- udzielanie i przyjmowanie informacji zwrotnych
- wypracowanie sposobów wykorzystania w życiu umiejętności zdobytych w czasie spotkań

5. Zadania dla nauczycieli, wychowawcy i uczniów

W związku ze specyfiką pracy z młodzieżą zagrożoną niedostosowaniem społecznym ogromne znaczenie mają podejmowane ze strony pedagogów zadania. Ażeby zapobiegać pojawiającym się w szkole negatywnym zjawiskom nauczyciele podejmują różnego rodzaju działania.

Są to działania doraźne (gdy zaistnieje problem), formy standardowe (organizacja pracy szkoły – dyżury na korytarzach, lekcje przedmiotowe, godziny do dyspozycji wychowawcy klasy), oddziaływania zindywidualizowane (rozmowy indywidualne) oraz codzienne rozwiązywanie problemów (przy każdej okazji, na codziennych zajęciach).

Szczególnie istotnym rodzajem oddziaływań są spotkania i rozmowy z rodzicami uczniów (pedagogizacja rodziców).

Aby odnosiły one oczekiwane efekty zebrane muszą być w określone zadania.

ZADANIA DLA WYCHOWAWCY

1. Natychmiastowe rozwiązywanie konfliktów i eliminowanie zachowań agresywnych:

- w klasie, podczas lekcji (w razie potrzeby wsparcie prowadzącego lekcję nauczyciela przez pedagoga, psychologa lub dyrektora szkoły)
- podczas przerwy – przeciwdziałanie rozwojowi sytuacji konfliktowych:
 - spokój, opanowanie, kultura zachowania dorosłych, znajomość poszczególnych uczniów
 - omówienie każdego poważnego konfliktu w obecności ucznia przez wychowawcę, pedagoga (w razie potrzeby dyrektora)
 - sporządzenie notatki służbowej
 - w sytuacjach poważnych problemów wezwanie i rozmowa z rodzicami

2. Kontakty z kuratorami społecznymi i zawodowymi – informowaniu o zachowaniu uczniów.

3. Prowadzenie zajęć w ramach godzin do dyspozycji wychowawcy.

4. Organizowanie i prowadzenie warsztatów o tematyce dotyczącej tolerancji, poznawania siebie, prawidłowych relacji międzyludzkich.

TEMATYKA:

- BYĆ DAMĄ, BYĆ GENTELMENEM. O TYM JAK BYĆ CHIC W STOSUNKU DO SIEBIE I DO INNYCH. – termin: październik 2013
- CO GDZIE PRZYSTOI, A CZEGO NIE WYPADA. ZACHOWANIE W MIEJSCACH PUBLICZNYCH. – termin: marzec 2014

5. Organizowanie wyjść, wyjazdów, imprez na terenie szkoły i poza szkołą.

6. Prowadzenie zajęć socjoterapeutycznych.

7. Organizacja i prowadzenie spotkań z rodzicami (na bieżąco, z uwzględnieniem proponowanej tematyki spotkań).

PEDAGOGIZACJA RODZICÓW:

- UCZUCIA I EMOCJE. BUDOWNIE WIĘZI I ZAUFANIA MIĘDZY RODZICEM A DZIECKIEM.
- DOM MIEJSCEM, W KTÓRYM DZIECKO UCZY SIĘ ODPOWIEDZIALNOŚCI.
- WYBÓR ZAWODU. POMAGAMY DZIECIOM PODJĄĆ WŁAŚCIWE DECYZJE.

8. Wzajemne konsultacje wychowawców klas. (raz w miesiącu)
9. Organizowanie spotkań z nauczycielami w celu przedstawienia sytuacji szkolnej i rodzinnej każdego ucznia.
10. Systematyczne dzielenia się spostrzeżeniami dotyczącymi wychowanków.
11. Zaznajamianie uczniów z kadrą pedagogiczną i pracownikami szkoły.
12. Opracowanie indywidualnych programów postępowania wobec poszczególnych uczniów i przedstawianie ich pozostałym nauczycielom uczącym danego ucznia.

ZADANIA DLA POZOSTAŁYCH NAUCZYCIELI

1. Bezwzględne informowanie o niepożądanych i pozytywnych zachowaniach ucznia.
2. Dysponowanie kluczem do toalety w czasie dyżurów na przerwach.
3. Poznanie sytuacji rodzinnej i szkolnej ucznia
4. Reagowanie zgodnie z założeniami systemu nagród i kar
5. Dobrowolny udział nauczycieli przedmiotów w zajęciach socjoterapeutycznych w celu lepszego poznania uczniów
6. Konsekwentnie reagowanie na negatywne zachowania podczas dyżurów w czasie lekcji
7. Udział nauczycieli w comiesięcznych spotkaniach z terapeutą i wychowawcami

ZADANIA DLA PSYCHOLOGA I PEDAGOGA

1. Ciągła i systematyczna współpraca z wychowawcami
2. Monitorowanie sytuacji domowej i rodzinnej ucznia
3. Udział w zajęciach socjoterapeutycznych w celu lepszego poznania uczniów.
4. Organizowanie i prowadzenie spotkań z rodzicami
5. Służenie radą i pomocą a w razie potrzeby zapewnienie natychmiastowej opieki nad uczniami

ZADANIA DLA PRACOWNIKÓW SZKOŁY

1. Informowanie wychowawców o niewłaściwych i pozytywnych zachowaniach

uczniów

ZADANIA DLA UCZNIÓW

1. Wywiązywanie się z obowiązków szkolnych
 - systematyczne i punktualne uczęszczania na zajęcia szkolne
 - przygotowywanie się do zajęć (posiadanie zeszytów i przyborów szkolnych)
2. Pożądana postawa w szkole i poza nią
 - kultura zachowania
 - przestrzeganie kultury słowa
 - dbałość o schludny i estetyczny wygląd
3. Właściwy stosunek do nauczycieli i pracowników szkoły
 - dbanie o kulturę wypowiedzi
 - okazywanie szacunku
 - wykazywanie chęci do współpracy i pomocy w najprostszyc
4. Odpowiedzialny stosunek do własnego zdrowia
 - dojrzałość w postrzeganiu własnego ciała
 - unikanie niebezpieczeństwa uzależnień
 - stosowanie właściwej diety i zabiegów higienicznych

6. Ewaluacja

Obowiązkiem nauczyciela wychowawcy jest stałe monitorowanie postępów swoich wychowanków. Diagnozowanie osiągnięć dzieci i młodzieży opiera się na humanistycznej koncepcji rozwoju człowieka, która podkreśla odrębność i indywidualność każdej jednostki. Zmiany zachodzące w rozwoju człowieka mają, więc prawo przebiegać w tempie charakterystycznym dla danej osobowości.

Zadanie socjoterapeuty polega na systematycznym diagnozowaniu poziomu umiejętności społecznych, określaniu urazowości, planowaniu działań korygujących występujące zaburzenia przy jednoczesnym uwzględnieniu potrzeb i zainteresowań młodzieży.

W przypadku realizowanego programu głównym materiałem ewaluacyjnym będą KARTY INDYWIDUALNE UCZESTNIKA ZAJĘĆ

SOCJOTERAPEUTYCZNYCH stanowiące kompendium wiedzy o uczniu zebrane na podstawie diagnozy i opracowanej urazowości wraz z jej korekcją. Celem sprawdzenia skuteczności oddziaływań będzie wypełnianie karty trzy razy w roku szkolnym – we wrześniu, lutym i czerwcu.

Opracowała Marta Skrejko - Rygiel