

# PROGRAM ZAJĘĆ SOCJOTERAPEUTYCZNYCH

## Założenia programu

Program zajęć socjoterapeutycznych będzie formą pomocy psychologiczno – pedagogicznej adresowaną do dzieci z zaburzeniami zachowania o charakterze opozycyjno-buntowniczym. Zaburzenia te zakłócają proces socjalizacji, utrudniają rozwój osobisty i społeczny dzieci, powodują i nasilają trudności szkolne.

Istotą programu socjoterapeutycznego jest realizacja celów:

## Cele programu

### Cel główny:

- praca z dzieckiem ukierunkowana na rozwiązywanie problemów.

### Cele szczegółowe:

- nauka kontroli zachowań impulsywnych, agresywnych;
- terapia grupowa nastawiona na poprawę samooceny, wzrost poczucia pewności siebie i własnej wartości;
- psychoedukacja rodziców (krótkoterminowa), ucząca rodziców modyfikacji trudnych i problemowych zachowań dziecka umożliwiającą poprawę komunikacji i relacji z dzieckiem;
- nauka umiejętności wspólnej zabawy i współpracy;
- uczenie postaw wzajemnego szacunku;
- nauka rozpoznawania i wyrażania emocji,
- nabycie umiejętności rozwiązywania konfliktów w domu i w szkole;
- 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 nieagresywnego sposobu rozwiązywania problemów interpersonalnych;
- poznanie przez dzieci metod radzenia sobie ze stresem.

## **Struktura zajęć socjoterapeutycznych**

Program zajęć socjoterapeutycznych obejmuje 10 spotkań, prowadzonych raz w tygodniu w wymiarze 120 minut. Liczba dzieci 8. Zaplanowano również trzy 2-godzinne spotkania z rodzicami dzieci o charakterze wprowadzającym, psychoedukacyjnym oraz podsumowującym.

Poszczególne zajęcia będą miały swoją strukturę i formę, w której wyodrębnią się:

- 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;
- wspólny posiłek
- rytualne zakończenie zajęć.

### **Treści programu:**

- Integracja
- Wzajemne poznanie
- Budowanie pozytywnej samooceny
- Role społeczne
- Uczucia
- Empatia
- Skuteczna komunikacja
- Rozwiązywanie konfliktów
- Radzenie sobie ze stresem.

### **Metody pracy:**

- praca w kręgu
- rundka
- „burza mózgów”
- rysunki i prace plastyczne
- inscenizacje, odgrywanie scenek
- zabawa
- gry psychologiczne

**Założone efekty zajęć socjoterapeutycznych:**

- stworzenie możliwości odreagowania emocji i napięć,
- zdobycie umiejętności radzenia sobie z własnym gniewem,
- wyeliminowanie zachowań agresywnych,
- zdobycie przez dzieci pozytywnych doświadczeń w grupie,
- zintegrowanie uczestników,
- zdobycie przez dzieci umiejętności społecznych, tj.: konstruktywnego radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, empatii, nawiązywania kontaktów, wyrażania własnego zdania, zdolności wykorzystania swoich mocnych stron, rozumienia i nazywania przeżywanych uczuć własnych i uczuć innych.

Opracowały: Iwona Kopczyńska  
Barbara Pieszak