

**Az Gyermekvédelmi szakellátásban, javítóintézetekben elhelyezettek önálló életkezdési feltételeinek javítását célzó pályázati felhívás keretében megvalósított EFOP 1.2.7-16-2016-00006 sz. „Életre-valók” című projekt szakmai anyagainak összefoglalója**

Összeállította: Pados Zsolt, a Vas Megyei Gyermekvédelmi Szakszolgálat vezetője, a pályázat  
Kedvezményezettje



## TARTALOMJEGYZÉK

A projekt indokltsága

Programelemek

Kötelező programelemek:

- Szenvedélybetegség prevenciója programsorozat
- Szexuális felvilágosítás programsorozat
- Internetes zaklatás megelőzése programsorozat
- Családi nap
- Pénzkezelési ismeretek programsorozat
- Jövőkép kialakítása
- Kommunikációs készségfejlesztés programsorozat
- Meseterápia
- Családi életre felkészítés programsorozat

Önállóan megvalósított programelemek:

- gyermek szocializációját elősegítő foglalkozás – tábor nevelőszülőknél élő gyerekeknek
- agressziókezelés, közösségépítés – tábor
- művészetterápia 14 éven aluliaknak
- művészetterápia 14 éven felülieknek
- önismeret, kommunikáció, konfliktuskezelés
- pszichoeducációs tanácsadás Programelemek leírásai: célok, tematikák

Felhasznált irodalmak



## A projekt indokltsága

Az igényfelmérés során világossá vált, hogy a jelen program hiánypótló feladatokat fog ellátni, a társadalom és a célcsoport számára is rendkívül fontos értékeket közvetít.

Társadalom által támasztott igény, hogy tagjai betartsák a közösség által elfogadott normákat. A projekt - a megvalósulása esetén – a társadalmi normák elfogadására, betartására ösztönzi a gondozott gyermekeket és fiatal felnőtteket:

- Erkölcsi szempontból, azaz a bűnözés csökkenése, jogkövető magatartás
- Szakmai szabályok szempontjából, azaz értékteremtés, munka
- Illemszabályok betartása, társas együttélés
- Szociális integráció
- Reprodukció, gyermekek felnevelése

A helyzetfeltárás megállapításaival összhangban a projekt célja a gyermekotthonban, valamint a nevelőszülői hálózatban felnövő ifjúság és családjuk társadalmi részvételének növelése, társadalmi integrációjának elősegítése.

Tervezzük mindezt olyan komplex programok segítségével, amelyek a gondozottak öfenntartó képességén és sikeres családi életre való felkészítésén túl a vér szerinti és nevelőszülői családjuk bevonását, felkészítését is megvalósítja. Hatására az ellátottak családi kapcsolatai erősödnek, kapcsolati hálójuk hatékonyabb lesz, csökkenti a kriminalizálódásukat.

A projekt további célja, hogy:

- A gyermekvédelmi szakellátásban részesülő gyermekek szociális kompetenciájának szintje emelkedjen a társadalmi elvárásoknak megfelelően. Képesek legyenek a hosszú távú jövő tervezésére, melyben a munka – pénzkezelés/gazdálkodás – felelősségteljes gyermekvállalás – szempontjai érvényesüljenek.
- Aktívan és kulturáltan töltsék szabadidejüket, értékteremtő módon. Képesek legyenek kivédeni azt, hogy áldozattá váljanak és elkerüljék a szenvedélybeteggé válást.
- Cél, hogy az ellátottak nevelőszülői családjai és a velük foglalkozó szakemberek aktív részvételükkel profitáljanak a programokból, ismereteket szerezzenek és képességeik fejlődjenek az önálló életre való felkészítés területén.

A projekt megvalósítása során célunk volt, hogy a programokat beépítsük a napi ellátásba, melyen hosszútávon fenntartható, jó gyakorlattá váló programok lesznek. Szándékaink szerint szerves részét képezik a gyermekek és fiatal felnőttek egyéni gondozási – nevelési tervének. Ezen



túlmenően beépítjük az intézmény szakmai programjába, mely a továbbiakban az intézmény működésének hatékonyságát segíti elő.

## Programelemek

### Kötelező programelemek:

- Szenvédélybetegség prevenciója programsorozat
- Szexuális felvilágosítás programsorozat
- Internetes zaklatás megelőzése programsorozat
- Családi nap
- Pénzkezelési ismeretek programsorozat
- Jövőkép kialakítása
- Kommunikációs készségfejlesztés programsorozat
- Meseterápia
- Családi életre felkészítés programsorozat

### Önállóan megvalósított programelemek:

- gyermek szocializációját elősegítő foglalkozás – tábor nevelőszülőknél élő gyerekeknek
- agressziókezelés, közösségépítés – tábor
- művészetterápia 14 éven aluliaknak
- művészetterápia 14 éven felülieknek
- önismeret, kommunikáció, konfliktuskezelés
- pszichoedukációs tanácsadás

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

## Programelemek leírásai: célok, tematikák

### Szenvedélybetegségek prevencióját célzó programsorozat

#### *Célja:*

11-14 éves korosztály számára- az életkori sajátosságoknak megfelelően- legális és illegális szenvedélyek előnyeire és hátrányaira felhívni a figyelmet. Az eszköz és szerhasználatnak, valamint járulékos ártalmainak csökkentése, a változás elindítása és segítése. Az ismeretek átadása, az önértékelés erősítése, a magatartás és a kapcsolatok megváltoztatása, az erőforrások feltárása. A kis tini korban a biztonságos szórakozás körülményeinek megteremtése segít elkerülni a későbbi problémákat. A foglalkozások révén törekszünk az életmód-változtatás ösztönzésére, a képességfejlesztésre, kábítószer fogyasztás megelőzésére. Tudatosítani, hogy ami legális – az éppúgy lehet veszélyes mint a tiltott szerek. Biztonságos szórakozás feltételeit megtanulják. Ha bajba kerül valaki- tudja hova fordulhat segítségért.

#### *Tematika:*

Ismerkedés, keretek tisztázása, szenvedély fogalma-mitől jó dolog

Legális szenvedélyeink: Elektronikus kokain- képernyőfüggőség/okos telefon, Tv, laptop..../

Dohányzás, alkoholfogyasztás

Illegális szenvedélyeink: Designer drogok – amik nincsenek a tiltólistán és hatalmas veszélyt jelent. Marihuana, GHB- Gina

Mit tehetek? Biztonságos szórakozás –lehetséges. Mire figyeljünk? Hova fordulhatok segítségért?

#### *Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 3 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 12 óra időtartamban.

#### *Résztevői csoport:*

11-14 éves korosztály, összesen 42 fő bevonásával

## Munkaanyag

### Szexuális felvilágosító célú programsorozat

#### *Célja:*

A pszichoszexuális fejlődés segítése; attitűdformálás, mely az érzelmi elköteleződés jelentőségére is felhívja a fiatalok figyelmét; érett, felelősségteljes szexuális élet kialakításának segítése, túl korai szexuális élet (esetleges teherbeesés veszélyét) megkezdésének kockázatát csökkenti.

#### *Tematika:*

- Ismerkedés, kapcsolatépítés
- Szexualitás témájának bevezetése
- Résztvevők témával kapcsolatos ismereteinek, képzeiteinek megismerése
- Ismeretátadás, téves gondolatok korrekciója
- Érzelmek, szexualitás, kötődés
- Biztonságos szex; attitűdformálás: a szexuális aktivitás megkezdésének késleltetéséhez kapcsolódóan, fogamzásgátlás lehetőségei / felelőssége
- Attitűdformálás: párkapcsolat, felelősség a másikért, szakítás (elhagyás, elhagyottság) élménye, feldolgozása témakörökben

#### *Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 4 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 8 óra időtartamban

#### *Résztevői csoport:*

15-17 korosztály, 26 fiú és 19 lány bevonásával (összesen 45 fő)

### Internetes zaklatás, megfélemlítés, áldozattá válás megelőzését szolgáló programsorozat

#### *Célja:*

## Munkaanyag

A tudatos internet-használat, a kellő óvatosság, és figyelmesség kimunkálása. Telepíthetünk bármilyen külső védelmet, ha mi magunk naivak vagyunk és számtalan hibás döntést hozunk. A cyber-bullying (internetes zaklatás) fogalmának megismertetése és a jelenség tudatosítása, a megoldási javaslatok feltárása mellett, a frontális eszközök háttérbeszorításával. Az interneten nem bújhatunk a névtelenség mögé, az internet nyilvános hely, de vannak elvárásai, és normái. Ha ezeket a normákat megszegjük, vagy túlságosan közlékenyek, esetleg túlságosan „gátlástalanok” vagyunk, könnyen bajba kerülhetünk. Hogy elkövetők, vagy áldozatok leszünk-e, az gyakran egy minimális dolgon múlik. Fontos, hogy ezen téma feldolgozásánál irányítsuk úgy a beszélgetéseket, vitákat, hogy a diákok maguk jöjjenek rá a helyes útra.

### Tematika:

- A téma felvezetése
- Az előző foglalkozáson tanultak ismételése, felelevenítése teszt, szókép-játék segítségével.
- Választható alternatíva: Fehér lap című kisfilm (4:22 perc) megtekintése.
- A kisfilm mondanivalóját, hangulatát használjuk fel a téma kibontásánál található feladatnál.
- Cyberbullying jellemzői
- Csoportfeladat: Egyre gyakoribb az internetes kortárs-zaklatás, amely cyberbullying néven vált ismertté angolszász nyelvterületen.
- Mostanra minket is elért ez a trend, egyre többen próbálják kiközösíteni vagy megleckéztetni a számukra nem szimpatikus osztálytársat például úgy, hogy álprofil hoznak létre a nevükben, szervezeten pocskondiázzák egy közösségi oldalon, esetleg megverik és az erről készült videót feltöltik a netre, mobiltelefonon küldenek kellemetlen vagy ijesztő sms-eket.
- Kis csoportokra bontsuk az osztályt és megadott szempontok szerint gyűjtsék össze a cyberbullying jellemzőit.
- A csoportmunkát követően közös megosztás, kiegészítések megtétele, összefüggésekre történő rámutatás.
- A cyberbullying „orvoslása”

## Munkaanyag

- Kisfilm feldolgozása
- Deletecyberbullying című kisfilm megtekintése
- A film alapján beszéljük meg, hová fordulhatunk segítségért, mit tehetünk, ha internetes zaklatás/bántalmazás áldozatai lettünk.
- Összefoglalás, zárás
- Foglalkozunk össze röviden, mivel előzhető meg a cyberbullying

### *Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 3 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 12 óra időtartamban

### *Résztevői csoport:*

11-14 korosztály, összesen 42 fő bevonásával

## A családon belüli kapcsolatokat támogató program

### *Tematika:*

A Családi Nap - rendezvény szervezésének célja, olyan közösségépítő program megvalósítása, amely azon túl, hogy kellemes kikapcsolódás nyújt a család minden tagjának, erősíti a generációk közötti együttműködést.

A programok összeállításánál figyelmet fordítunk arra, hogy az egyes program elemeket több generáció együttműködésével valósítsuk meg.

Tervezett programok: családi vetélkedő, gyerekprogramok, sportvetélkedők, kézműves foglalkozások, színpadi programok, óriás játékok

A Családi Nap programja, különleges alkalmat biztosít a résztvevők számára. A résztvevők beszélgethetnek, kicserélhetik gondolataikat, megoszthatják problémáikat, közben programok sokasága veszi körül őket, biztosítva a jókedv, az aktív szabadidő eltöltés lehetőségét.

### *Alkalmak száma:*





## Munkaanyag

A projekt megvalósításának időszaka alatt 1 alkalommal

*Résztevői csoport:*

240 fő bevonásával

---

### Pénzkezelési és/vagy gazdálkodási ismeretek elsajátítását

*Célja:*

Pénzügyi alapfogalmak, törvényszerűségek megismerése. Gyökeresen megváltoztassuk a résztvevők pénzzel kapcsolatos gondolatait, cselekvéseit. Olyan szemléletváltás az egyén pénzügyi gondolkodásában, mely alapjaiban változtatja meg a régi beidegződéseket és hiedelmeket. Ezáltal a pénzügyi látásmód a kinyílik, egy „új világ” tárul fel.

*Tematika:*

- Pénzzel kapcsolatos alapfogalmak, törvényszerűségek készségszintű használata
- Felelősségvállalás a pénzkezelés / pénzügyeink terén
- Személyes motiváció megismerése és döntési készség az anyagiakban.
- Pénzbeosztás különböző életszakaszokban.
- Különböző típusú pénzügyi problémák megoldására, tervezésére, felkészülve esetleges felmerülő konfliktusok megoldásának ismerete
- Eredményes pénzkezelés a hétköznapiakban
- Pénzfelosztási módszerek ismerete
- A háztartási jövedelmek összetétele, eredete.

*Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 5 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 12 óra időtartamban.

*Résztevői csoport:*

15-17 éves korosztály, 18 év feletti utógondozottak, összesen 65 fő bevonásával

---

A jövőkép kialakítását célzó programsorozat

*Célja:*

A fiatalok gátlásainak feloldása, emberközpontú szemlélet biztosítása, mely segíti őket az emberi kapcsolataik értékelésében, kezelésében, döntéseik meghozatalában, érzéseik pontosabb kifejezésében - úgy verbálisan, mint testbeszédben. Önismereti foglalkozások által közelebb kerülnek saját énjükhöz, testükhöz, amely segíti őket a pályaválasztásban, az önértékelésben és a személyiségük pozitív fejlődésében.

*Tematika:*

- Az önismeret, önértékelés, önbecsülés jelentősége a személyiségünkben
- Milyen vagyok?
- A személyes változás lehetőségei és korlátai, a változás, mint tudatos emberi tevékenység
- A személyes jövőkép
- A motiváció
- Szükséglet rendszer

*Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 5 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 16 óra időtartamban

*Résztevői csoport:*

15-17 éves korosztály, 18 év feletti utógondozottak, összesen 65 fő bevonásával

Kooperációs, kommunikációs képesség fejlesztését szolgáló programsorozat

*Célja:*



## Munkaanyag

A kommunikáció lényegének, formáinak és szabályszerűségeinek és megismerése és gyakorlása révén a résztvevők szóbeli és nem szóbeli kifejezése sikeresebbé váljon, erősödjön a szóbeli és nem szóbeli kommunikációjuk közti összhang.

### Tematika:

- Kommunikáció fogalma, közvetlen és közvetett, a szóbeli és írásbeli kommunikáció
- A kommunikáció folyamata, kommunikációs alapfogalmak
- Kommunikációs kompetenciák
- A közvetlen kommunikáció: nem szóbeli kommunikáció: visszajelzés fontossága, visszakérdezés, megértés ellenőrzése, korrekciós lehetőségek, figyelmes hallgatás,
- Miért nem értjük meg egymást?
- Kommunikációs félreértések, problémák és okaik
- Önérvényesítés, másokra figyelés kommunikációs stílus elemei, területei: Nem szóbeli eszközök alkalmazása az önérvényesítő kommunikációban (hanghordozás, tekintet, mimika, gesztusok, testtartás, térközsabályozás, öltözködés, ápoltság)
- Kommunikációs kompetenciák

### Alkalmak száma:

A projekt megvalósításának időszaka alatt 5 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 16 óra időtartamban

### Résztvevői csoport:

15-17 éves korosztály, 18 év feletti utógondozottak, összesen 65 fő bevonásával

## Meseterápiás foglalkozás

### Célja:

## Munkaanyag

Szorongás oldása, az artikulátlan félelmek testet öltése; önismeret, individuáció folyamatának segítése; inspiráció és motiváció adása a krízisben; komplexusok feloldása, katarzis, trauma-feldolgozás

### *Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 3 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 8 óra időtartamban

### *Résztevői csoport:*

7-10 korosztály, összesen 18 fő bevonásával

Családi életre felkészítő program: családtervezés, párkapcsolati tanácsadás, szülői szerepek, gyermekvállalás

### *Célja:*

Segíteni a fiatalok felkészülését a családi élet kihívásaira: ismereteket szerezzenek a párkapcsolatok dinamikájáról, a családi együttélés törvényszerűségeiről. Mélyüljön a résztvevők önismerete a vágyai tudatosodásának, konfliktuskezelési módjainak területén. Erősödjék a résztvevők felelősségtudata önmaga és mások felé, valamint olyan ismeretekre tegyen szert, melyek segítik őt kapcsolatainak működtetésében. Képesse váljon felmérni személyes felelősségét, a kapcsolatainak alakulásában.

### *Tematika:*

- Ismerkedés, kapcsolatépítés
- Téma felvezetése: életközösség, házasság, család fogalmainak jelentése a fiataloknál; fogalmak mélyebb megismerése
- Párkapcsolatok dinamikája, változása; pozitív és negatív érzelmek
- Párválasztás (ellentétesség, hasonlóság alapján?), tolerancia, érzelmek, konfliktuskezelés
- Problémamegoldó és kompromisszumkereső attitűd jelentősége a családban

## Munkaanyag

- Családtervezés szempontjai (felelősségvállalás, teendők, érzelmi terhelhetőség, anyagi terhek, időbeosztás, stb.)
- Szülői szerep, nevelési stílus
- Attitűdformálás: a saját család alapításához kapcsolódóan, vágyak megfogalmazása (realitáshoz való közelítése szükség esetén)

### *Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 5 csoport részvételével, egy csoport részére összesen 10 óra időtartamban

### *Résztevői csoport:*

15-17 korosztály, 18 év felettek – utógondozottak, 65 fő bevonásával

## A személyiség érését és a gyermek szocializációját elősegítő foglalkozások - tábor a nevelőszülőknél élő gyermekek számára

### *Célja:*

Segíteni a fiatalok személyiségének érését. Mélyüljön a résztvevők önismerete: a vágyai tudatosodásának, konfliktuskezelési módjainak területén. Erősödjék a résztvevők felelősségtudata önmaga és mások felé, valamint olyan ismeretekre tegyen szert, melyek segítik őt kapcsolatainak működtetésében. Képessé váljon felmérni személyes felelősségét, a kapcsolatainak alakulásában.

A tábor programjának összeállításában elengedhetetlen, hogy az élmények nyújtása mellett, vagy ezzel együtt a fiatalok védett közegben, ön és közösségfejlesztő neveléssel, kulturális, testi és lelki fejlesztése is megtörténjen.

### *Tematika:*

- Ismerkedés, kapcsolatépítés
- kirándulások



## Munkaanyag

- strandolás
- előadások
- művészeti foglalkozások
- kézműves foglalkozások
- sportfoglalkozások

### *Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 1 alkalommal, 5 nap időtartamban

### *Résztevői csoport:*

11-14 éves és a 15-17 korosztály, 39 fő részvételével

---

## Önsegítő vagy kortárs segítő, közösségépítő, agressziókezelő tematikus csoportfoglalkozások

### *Célja:*

A fiatalok egymás véleményére erkölcsi kérdésekben és életvezetési kérdésekben jobban hallgatnak, erősen meghatározza döntéseiket a kortársak véleménye és megítélésük. Kidolgozott tematika szerint, kiscsoportos foglalkozások keretében tanulják meg az agressziókezelés technikáit. A tábor okozta környezetváltozás hozzásegíti a fiatalokat, hogy az együttélés törvényszerűségeit védett körülmények között sajátítsák el. Az öt napos tábor programjai hozzájárulnak a résztvevők felelősségtudatának erősítéséhez önmaguk és mások felé. Tudatosul a konfliktusok azonosítása és kezelési módja.

### *Tematika:*

- Ismerkedés, kapcsolatépítés
- kiscsoportos foglalkozások
- kirándulások
- strandolás
- előadások
- művészeti foglalkozások

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

## Munkaanyag

- kézműves foglalkozások
- sportfoglalkozások

*Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 1 alkalommal

*Résztevői csoport:*

Ikerváron élő fiatalok közül (Gyermekotthon Ikervár) a 15-17 éves korosztály, összesen 20 fő részvételével

14 éven felüli ellátotti korcsoport esetében: művészet-, mese-, állat-, mozgás- színházterápiás stb. foglalkozások

*Célja:*

A művészetterápia hatékonysága a szociális munkában intervenció, prevenció, valamint az iskolai előmenetel és társadalmi integráció elősegítését is szolgálja: a gyermekkel folytatott folyamatos foglalkozás komplexebb képet adhat a családról, a család működéséről. Terápiás hatása, hogy az a gyermek, aki kevésbé kommunikál, vagy egyáltalán nem, a foglalkozások alkalmával nonverbális úton is kifejezi mondanivalóját, amit aztán a terapeuta segítségével verbalizálni lehet. Ezen programban a csoportfoglalkozások irányvonala elsősorban a családi-kapcsolati problémákra, a családból való kiemelés traumájának és az "intézeti lét" feldolgozására csoportosul. Segítséget kapnak ahhoz, hogy felfedezzék magukban értékeiket, támpontot kapjanak ahhoz, hogy vágyaikat, és reális esélyeiket integrálják belső igényeikhez, lehetőségekhez. A foglalkozások alkalmával az elsődleges cél a programban résztvevő fiatalok önismeretének, motivációjának fejlesztése, bővítése. A foglalkozások várható eredménye, hogy a fiatalok művészetterápiás elemek kombinációjával (festés, montage technika, agyagozás, zene, vers...) megismerhetik valódi terveiket, vágyaikat, arra serkenti őket, hogy figyeljenek önmagukra, belső erőforrásaikra, a családjukban, környezetükben fellehető azon személyekre, akikre támaszkodhatnak. A művészetterápia előnye, hogy amiről nem akar, arról nem kell beszélni,

## Munkaanyag

viszont a készült alkotásokon keresztül tudattalanul is jelezi bánatát, aktuális problémáját a terapeuta számára. Ilyenkor a terapeuta tud személyre szabottan fókuszálni a problémára. A célorientált feladatok végzése a hátrányos helyzetben lévő gyermek társadalmi integrációját segíti elő, a csoport megtartó közege biztonságot ad, egy olyan erőforrásokkal teli közeget, amiből táplálkozhat, erőt meríthet; kapcsolatrendszere bővíthet.

### Tematika:

- Ismerkedés, kapcsolatépítés
- Művészetterápiás foglalkozások

### Alkalmak száma:

A projekt megvalósításának időszaka alatt 6 alkalommal 2 óra, 1 csoport részvétel, összesen

### Résztevői csoport:

15-17 korosztály, 10 fő bevonásával

14 éven aluli ellátotti korcsoport esetében: művészet-, mese-, állat-, mozgás- színházterápiás stb. foglalkozások

### Célja:

A középsúlyos értelmi sérült gyermekek orientációs képességeinek fejlesztése, logopédiai fejlesztése, szókincsbővítése, kulturális nevelése, a viselkedési szabályok elsajátíttatása a zenén (népdalokon, népi mondókákon, játékokon) keresztül, valamint megismertetni a zenélés, éneklés örömét. Alkalmazott módszertan: komplex-művészeti terápia.

### Tematika:

- Ritmusérzék fejlesztése
- Éneklési készség fejlesztése
- Zenei képesség, tehetség fejlesztése





## Munkaanyag

*Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 6 alkalommal 2 óra, 1 csoport részvétel, összesen

*Résztevői csoport:*

7 – 14 éves korig, 10 fő bevonásával

---

### Önismereti, kommunikációs, konfliktuskezelő foglalkozások

*Célja:*

A szociális kompetenciák fejlesztése is szükséges ahhoz, hogy adott személy képes legyen környezetével optimálisan működő kapcsolatokat kialakítani. Mindezek alapja az önismeret, majd erre épülően a kommunikációs készségek, illetve konfliktuskezelő stratégiák ismerete, valamint alkalmazásuk készsége.

A programmal szeretnénk elérni, hogy a résztvevők képesek legyenek megfogalmazni értékeiket, pozitív tulajdonságaikat és ezzel együtt képessé váljanak hiányosságaikra is rálátni. Emellett megismertetjük őket az erőszakmentes kommunikáció szemléletével és technikájával, valamint a konfliktuskezelés módjainak megismerése után tudatosabban tudják azokat alkalmazni az egyes élethelyzetekben.

*Tematika:*

- ismerkedés, kapcsolatépítés
- énkép, erősségek
- Schulz von Thun, négy fül modellje, gyakorlati alkalmazása - készségfejlesztés
- erőszakmentes (együttműködő) kommunikáció, ismeretátadás és készségfejlesztés
- kommunikációs stílus
- konfliktuskezelő stratégiák
- visszajelzés a társaktól
- valódi változás jellemzői, eszközei,

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

**Munkaanyag**

- változtatásra megérett dolgok a résztvevők életében
- személyes célok: fejlesztendő képességek, személyes jellemzők; a fejlődés folyamata

*Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 5 alkalommal, alkalomként 4 órában, 1 csoport részvételével

*Résztvevői csoport:*

18 év felettek – utógondozottak, 10 fő bevonásával

---

**Pszichoedukációs tanácsadás célú programsorozat***Célja:*

A szakellátott gyerekek esetében a gyámhivatal elrendelheti az edukált felügyelt kapcsolattartást. A tanácsadás során érintett témákat a kapcsolattartás során, a gyermek – szülő interakció megfigyelését követően, a szülő viselkedése alapján dolgoztuk ki.

*Alkalmak száma:*

A projekt megvalósításának időszaka alatt 50 alkalommal

*Résztvevői csoport:*

Minden korosztály, 10 család bevonásával

---

**Felhasznált irodalom**

Korba Hajnal (szerk.): Lotilko szárnyai. Terápiás történetek és mesék traumátátélt gyermekeknek, Mosoly Alapítvány, Budapest, 2010

Göbel Orsolya (szerk.): Varázsjátékok c. sorozat, L'Harmattan Kiadó, Budapest, 2012

Szilágyi István: Önismeret és személyiségfejlesztés, Skandi-WaldKiadó

Mohás Livia: Ki vagy Te? Önismereti könyv önjáró fiataloknak Saxum Kiadó Kft, 2007

## Munkaanyag

Jung, Carl Gustav: Lélektani típusok Scolar Kiadó 2006

Jung, Carl Gustav: Gondolatok az álomról és az önismeretről; Kossuth kiadó 1996

Berne, Erik: Emberi játszmák, Háttér kiadó, 2008

Rainwater, Ianette: Az öngyógyítás művészete - Te vagy a felelős SHL könyvek Edge Kiadó, 2000

Aronson, Elliot: A társas lény Akadémia Kiadó Zrt, 2008

Forgas, Joseph: A társas érintkezés pszichológiája Gondolat Kiadó 1982

Rudas János: Delfi örökösei, Oriold és társai kiadó, 2007

Andreas, Steve: Énkép Nyitott Könyvműhely 2008

Hargreaves, Gerard: Stresszkezelés Scolar Kiadó 2006

Johnson, Maarit: Önbecsülés és alkalmazkodás ELTE Eötvös Kiadó 2008

Yu Dan: Konfuciusz szívből - ősi bölcsesség a ma emberének Háttér Kiadó 2009

Zuschlag, Berndt; Thielke, Wolfgang: Mindennapjaink konfliktushelyzetei Medicina kiadó 2009

Rudas, János (szerk.): Önismereti csoportok. Animula, Budapest.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE