

Serdülőkori próbatétel – serdülők önismeret-fejlesztő csoportja

A csoportban lehetőség nyílik az életfeladatokkal való kapcsolat értelmezésére, az életstílus elemzésére, a korrekatív élmény megtapasztalására. Dramatikus eszközök segítségével jelenítik meg az életstílus-problémákat a résztvevők. A gyermekpszichodráma, vagy gyermekjáték-dráma eszköztárával a személyes (egyéni) és a szociális kompetenciák fejlesztése érhető el.

A program tartalma

- önismeret fejlesztése a játékban, a játékkal, a játék által!
- érzelmeik felismerése, erős és gyenge oldalaink mély megértése.
- önszabályozás (önuralom) képességének fejlesztése, mely lehetővé teszi, hogy kezelni tudják belső állapotaikat, impulzusaikat és erőforrásaikat.
- személyközi viselkedés fejlesztése, a játékszabályok betartása, pozitív attitűd mások iránt, avagy a sokszínűség elfogadása
- a résztvevők aktív munkájának eredményeképpen a következmények vállalása, a jó és rossz elkülönítése (etikus viselkedés)
- a csoporton belüli aktivitás, mások előtti szereplés vállalása, figyelés feladatvégzés közben.

A program fejlesztési lehetőségei

- modellnyújtás
- szociális problémamegoldás
- szerepjáték/szerepcsere
- történetek megbeszélése
- a csoportban végzett munka többletének megéreztetése
- a versengés, együttműködés egyensúlyának észlelése
- egoizmus-altruizmus egyensúlya

A program gyermekjátékdráma szempontú megközelítése

A csoport lehetőséget ad:

- a védett környezetben átélhető problémakezelésre
- a konfliktuskezelés technikáinak elsajátítására
- az identitás erősítésére

- a pozitív tulajdonságok erősítésére
- a közös együttlétek lehetőséget adnak hatékony(abb) válaszok kidolgozására, kapcsolati, párkapcsolati, családi, iskolai nehézségekre-
- olyan magatartásformákat tanulhatnak, melyek elősegíthetik a jelenbeli és a későbbi pozitív viselkedés alkalmazását.

A program mottója vagy kulcsmondata: „Mindent lehet másképp is!”
(Alfred Adler)

A szociális készségek tanításának gondolata abból a feltevésből indult ki, hogy a szociális viselkedés egyrésztől tanult, tehát akkor tanítható is, a megfelelő szakemberek, tapasztalatok által.

Csoportlétszám: 12 serdülő korúak

Életkor: kb. 13-18 éves serdülők

Összes óraszám: 100óra

Ütemezés: Hetente/Kéthetente 2 óra

Csoportvezetés szakmai feltétele: kettős csoportvezetés; individuálpszichológiai terapeuta-, vagy tanácsadó és gyermekjátékdráma kiképző vagy gyermekjátékdráma vezető végzettség.