

## Konfliktus- és agresszió-kezelési tréning<sup>1</sup>

A pedagógusok számára kidolgozott, agresszió-kezelési tréningen lehetőség nyílik a személyiségfejlődési zavarok megismerésére, megértésére, az agresszió okainak feltárására és a kezelési lehetőségek begyakorlására. Közvetlen megoldási módok tanulhatók a zavarok korrekciójára, az iskolai-óvodai beilleszkedés megsegítésére.

Cél, a pedagógusok szociális kompetenciáinak fejlesztése, amelyek segítségével konstruktívabban tudják majd egyéni és közösségi konfliktusaikat kezelni és ezen tudásukat képesek lesznek továbbadni.

A tréning megküzdési technikákat is kínál, a hatékonyság fokozása érdekében. A gyakorlatok egy részében olyan tevékenységeket ismerhetnek meg, amelyek az általános egészséget segítik (pl. versengés segítése, frusztrációk szülte indulati labilitások kiegyenlítése, feszültségoldás). Másrészben a fejlődési zavarokból, hiányállapotokból eredő impulzivitás korrekciós lehetőségeire irányulnak.

Módszerek: pszichodráma technikák, szerepgyakorlatok, helyzetgyakorlatok, mozgás- és táncterápiás elemek felhasználása, esetmegbeszélések és relaxációs technikák. A gyakorlatokat feldolgozási szakaszok követik.

A tréning tematikus blokkokban folyik. Az elméleti megközelítés után az anyagot helyzetgyakorlatokban jelenítik meg a résztvevők. A szituációs és szerepgyakorlatokat aktív feldolgozási szakaszok követik. A helyzetgyakorlatokban közvetlen agresszió-kezelési módokat és technikákat tanulhatnak meg a pedagógusok. Együttesen elemzik és gyakorolják a konfliktusos helyzetek megoldási és kezelési lehetőségeit.

---

<sup>1</sup> ***A továbbképzés akkreditált a pedagógusok számára!***

## **Tematika**

- I. Alfred Adler munkássága az individuálpszichológia alapfogalmai. Az agresszió általános szerepét elemzi az ember életében. Feltárjuk az agresszív kommunikáció megnyilvánulási formáit, megjelenését a versengésben, a probléma-megoldásban, az ambíciókban, a kreativitásban és a szexualitásban.
- II. Az individuálpszichológia koncepciója az agresszióról. Foglalkozunk a frusztrációt okozó helyzetekkel, az agresszió különböző forrásaival.
- III. Kisebértékűséghez, önértékelési zavarhoz, énkép problémákhoz kapcsolódó agresszív megnyilvánulások. Az iskolai zaklatás, a „bully” viselkedés szakirodalmának megismerésére szánjuk.
- IV. Az individuálpszichológia szociális koncepciója, közösségi érzés. Segítséget nyújtunk a hatalmi harcokkal való megbirkózásra, az áldozatok megsegítésére. Emellett relaxációs technikákat tanítunk, amit hasznosíthatnak a feszültségoldás során.

*Csoportlétszám: 12 fő*

*Összes óraszám: 40 óra*

*Ütemezés: 4 blokk (1 alkalom 10 óra)*

*Oktatók szakmai képzettsége: kettős csoportvezetés, individuálpszichológiai terapeuta-, vagy tanácsadó és pszichoterapeuta vagy pszichodráma csoportvezető és táncterápiás képzettség.*