

GIMNAZJUM NR 12 W ZABRZU

**PROGRAM ZAJĘĆ TERAPEUTYCZNYCH DLA MŁODZIEŻY Z
ZABURZENIAMI W KONTAKTACH INTERPERSONALNYCH**

Autor: Anna Kaczmarska

1. Adresaci programu

Adresatami programu są uczniowie klas I i II gimnazjum przejawiający zaburzenia w zakresie kontaktów interpersonalnych. Są to więc zarówno uczniowie nieśmiali, mający trudności z nawiązaniem kontaktów społecznych, jak i uczniowie nadmiernie aktywni, często popadający w konflikty z rówieśnikami..

2. Cel nadrzędny programu

Kształtowanie umiejętności interpersonalnych u młodzieży z zaburzeniami w tym zakresie.

3. Cele szczegółowe

Uczestnicy po zakończeniu programu:

- są świadomi znaczenia budowania pozytywnego obrazu własnej osoby,
- potrafią określić swoje słabe i mocne strony,
- mają wiedzę na barier komunikacyjnych,
- stosują techniki aktywnego słuchania,
- umieją odczytywać komunikaty niewerbalne,
- potrafią formułować komunikaty typu „JA”,
- znają mechanizmy powstawania i konfliktów,
- potrafią wyciągać konstruktywne wnioski z sytuacji konfliktowych,
- znają różne sposoby odmawiania,
- potrafią odmówić w sytuacji nacisku grupowego,
- są świadomi przeżywanych uczuć i emocji,
- potrafią konstruktywnie wyrażać własne emocje,
- wiedzą co to jest stres i znają własny model reagowania w sytuacjach stresowych,
- potrafią stosować własne techniki relaksacyjne,

4. Czas realizacji programu

Program będzie realizowany przez trzy semestry, spotkania będą się odbywały raz w tygodniu po 1,5 godziny.

5. Działania związane z przygotowaniem i realizacją programu

- opracowania scenariuszy zajęć,
- przygotowanie materiałów potrzebnych do zajęć,
- wybór i przygotowanie sali do zajęć,
- utalenie terminu spotkań,
- utworzenie grupy,
- konsultacje z wychowawcami klas na temat uczniów objętych programem,
- zgromadzenia informacji o uczniach: opinie z PPP, rozmowy z nauczycielami,
- spotkanie z rodzicami uczniów uczestniczących w programie

Lp.	Tytuł modułu	Planowany czas realizacji	Koordynator zadania	Osoby współpracujące	Uwagi
1.	Integracja grupy, ustalenia kontraktu	6 x 1,5 godz. = 9 godzin	Anna Kaczmarska	Psycholog	
2.	Komunikacja społeczna	12 x 1,5 godz. = 18 godzin	Anna Kaczmarska	Psycholog	
3.	Budowanie pozytywnego obrazu siebie	8 x 1,5 godz. = 12 godzin	Anna Kaczmarska	Psycholog	
4.	Uczucia i emocje	8 x 1,5 godz. = 12 godzin	Anna Kaczmarska	Psycholog	
5.	Asertywność	4 x 1,5 godz. = 6 godzin	Anna Kaczmarska	Psycholog	
6.	Konflikt i sposoby jego rozwiązywania	8 x 1,5 godz. = 12 godzin	Anna Kaczmarska	Psycholog	

7.	Stres i techniki relaksacyjne	4 x 1,5 godz. = 6 godzin	Anna Kaczmarska	Psycholog	
8.	Zakończenie programu i ewaluacja	1 x 3 godz. = 3 godziny	Anna Kaczmarska	Psycholog	

6. Oczekiwane rezultaty

- poprawa funkcjonowania uczniów objętych programem w grupach rówieśniczych,
- wzrost poczucia własnej wartości,
- wzrost kompetencji w zakresie komunikacji społecznej

7. Ewaluacja

- ankieta ewaluacyjna
- ustna informacja zwrotna ze strony uczestników programu dotycząca realizacji celów programu
- obserwacje zmian w postawach i zachowaniach uczestników prowadzone przez rodziców i wychowawców klas.