



ZESPÓŁ SZKÓŁ
W WIELOGŁOWACH

***PROGRAM ZAJĘĆ TERAPEUTYCZNYCH
DLA UCZNIÓW KLAS PIERWSZYCH
Z TRUDNOŚCIAMI ADAPTACYJNYMI***

Zespół Szkół w Wielogłowach
33-311 Wielogłowy
tel/fax 0-18 443-21-21
www.zswiel.neska.pl

1. **Autor programu:** mgr Agnieszka Leśnik, mgr Anna Turek
2. **Miejsce realizacji:** Zespół Szkół w Wielogłowach
3. **Tytuł programu:** Program zajęć terapeutycznych dla młodzieży z trudnościami adaptacyjnymi
4. **Cele programu:**

Cel główny: poprawa społecznego i emocjonalnego funkcjonowania młodzieży w szkole poprzez nawiązanie satysfakcjonujących kontaktów z rówieśnikami i dorosłymi

Cele bezpośrednie dotyczą kształcenia i doskonalenia umiejętności efektywnego komunikowania się, budowania poczucia własnej wartości, wyrażania w sposób konstruktywny emocji, rozwiązywania konfliktów, zmniejszenie napięć i niepokojów związanych z nową sytuacją szkolną, dostrzegania i spełniania potrzeb własnych i drugiego człowieka w sposób akceptowany społecznie.

5. **Osoby współpracujące w realizacji programu:** psycholog, socjoterapeuta
6. **Czas realizacji programu:** rok szkolny
7. **Adresaci programu:** młodzież klas pierwszych gimnazjum mająca trudności w adaptowaniu się do nowej sytuacji szkolnej
8. **Działania związane z przygotowaniem i realizacją programu:**
 - a) Czynności przygotowawcze: analiza wyników diagnozy, przeprowadzenie wywiadów środowiskowych, rozmowy z wychowawcami uczniów zakwalifikowanych do terapii, uzyskanie zgody rodziców na udział dziecka w zajęciach i ustalenie harmonogramu spotkań, przygotowanie pomieszczenia do terapii grupowej, zgromadzenie materiałów potrzebnych do prowadzenia zajęć

b) Realizacja zadania:

Lp.	Tytuł modułu	Planowany termin realizacji	Liczba godzin	Koordynator zadania	Osoby/instytucje współpracujące	Uwagi
1.	Zawiązanie grupy	1 miesiąc	3 x 3= 9 godz.	Agnieszka Leśnik	Anna Turek	
2.	Rozwijanie umiejętności interpersonalnych	3 miesiące	8 x 3 = 24 godz.	Anna Turek	psycholog, Poradnia Psychoz – Pedagog. nr 1 w Nowym Sączu	
3.	Komunikacja społeczna	2 miesiące	5 x 3= 15 godz.	Agnieszka Leśnik	socjoterapeuta zatrudniony w szkole	
4.	Konflikt i sposoby jego rozwiązywania	2 miesiące	4 x 3= 12 godz.	Anna Turek	Agnieszka Leśnik	
5.	Zamknięcie grupy	1 spotkanie	1 x 3= 3 godz.	Agnieszka Leśnik	Anna Turek	

c) Tematyka poszczególnych modułów:

*** ZAWIĄZANIE GRUPY**

Cele:

Uczniowie po zajęciach :

- tworzą i respektują kontrakt grupowy
- czują się bezpiecznie w grupie
- potrafią się zaprezentować na forum grupy, zgodnie z podaną instrukcją

Treści:

- Tworzenie grupy poprzez ćwiczenia integracyjne.
- Wypracowanie zasad pracy w grupie – zawarcie kontraktu.
- Kształtowanie otwartości zaufania w stosunku do grupy

Metody i formy realizacji:

- praca w grupach
- ćwiczenia w parach
- „ burza mózgów”
- sesja plakatowa

** ROZWIJANIE UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNYCH*

Cele:

Uczniowie po warsztatach:

- potrafią określić swoje zalety i wady
- analizują swoje mocne i słabe strony
- budują pozytywny obraz siebie
- potrafią konstruktywnie wyrażać własne emocje
- potrafią odzwierciedlać emocje innych i być empatycznymi
- różnicują zachowania agresywne, asertywne i uległe
- znają sposoby odmawiania i potrafią je stosować
- wiedzą co to jest stres i umieją sobie z nim radzić

Treści :

- Znaczenie pozytywnego obrazu siebie w relacjach międzyludzkich
- Rozumienie siebie i innych
- Sposoby kontaktowania się z własnymi emocjami i ich konstruktywne wyrażanie
- Asertywność – definiowanie jej i znaczenie
- Stres i sposoby radzenia sobie z nim

Metody i formy realizacji:

- miniwykład
- ćwiczenia indywidualne i grupowe
- praca w kręgu
- scenki sytuacyjne
- wchodzenie w role- psychodrama
- „burza mózgów”
- „mówiąca ściana”
- wizualizacja- ćwiczenia relaksacyjne

** KOMUNIKACJA SPOŁECZNA*

Cele:

Uczniowie po zajęciach:

- posiadają umiejętności porozumiewania się w grupie
- znają różnice pomiędzy komunikacją jedno i dwustronną
- umieją odczytywać komunikaty niewerbalne
- znają techniki aktywnego i biernego słuchania
- znają i świadomie stosują różne umiejętności komunikacyjne
- znają i stosują komunikat „ Ja”

Treści :

- Proces komunikacji jako podstawowy element kontaktów międzyludzkich
- Komunikacja i jej rodzaje
- Znaczenie komunikacji niewerbalnej
- Zasady i techniki biernego i aktywnego słuchania
- Czynniki zakłócające komunikowanie się
- Znaczenie komunikatu „ Ja “

Metody i formy realizacji :

- miniwykład
- praca w grupach i w parach
- ćwiczenia indywidualne
- scenki sytuacyjne
- pantomima
- „burza mózgów”

KONFLIKT I SPOSOBY JEGO ROZWIĄZYWAN*Cele:**Uczniowie po zajęciach :

- potrafią zdefiniować konflikt i znają jego rodzaje
- wiedzą jak znaleźć rzeczywiste źródło konfliktu
- znają cykl konfliktu oraz sposoby jego rozwiązania
- potrafią rozwiązać przykładowe sytuacje konfliktowe
- umieją analizować przebieg sytuacji konfliktowej i wyciągać konstruktywne wnioski
- znają etapy i sposoby podejmowania decyzji

Treści :

- Definicje i rodzaje konfliktu
- Rozpoznawanie sytuacji konfliktowej
- Strategie postępowania w sytuacji konfliktowej
- Agresja jako element sytuacji konfliktowej
- Analiza sposobu rozwiązania konfliktu i wyciągnięcie wniosków
- Znaczenie decyzji w rozwiązywaniu problemów

Metody i formy realizacji:

- praca w grupach i w parach
- scenki sytuacyjne
- gry symulacyjne
- dyskusja
- „kula śniegowa”
- „wibrująca burza mózgów”

d) *Czynności związane z zakończeniem zadania:* opis przebiegu poszczególnych modułów, monitorowanie działań na poszczególnych etapach funkcjonowania programu i jego ewentualne modyfikowanie

9. Oczekiwane efekty: polepszenie w funkcjonowaniu uczestników programu w klasie i na terenie szkoły, korzystne zmiany w kontaktach społecznych,

10. Ewaluacja programu: formą ewaluacji będzie uzyskanie od uczniów ustnej bądź pisemnej informacji zwrotnej o poszczególnych zajęciach celem oceny na bieżąco podejmowanych działań, ich modyfikowania i dostosowania do potrzeb grupy.