



Gabinet psychologiczny
Karolina Domańska

Życie w zgodzie ze sobą i innymi - rola programu TUS w rozwoju umiejętności społecznych nastolatków

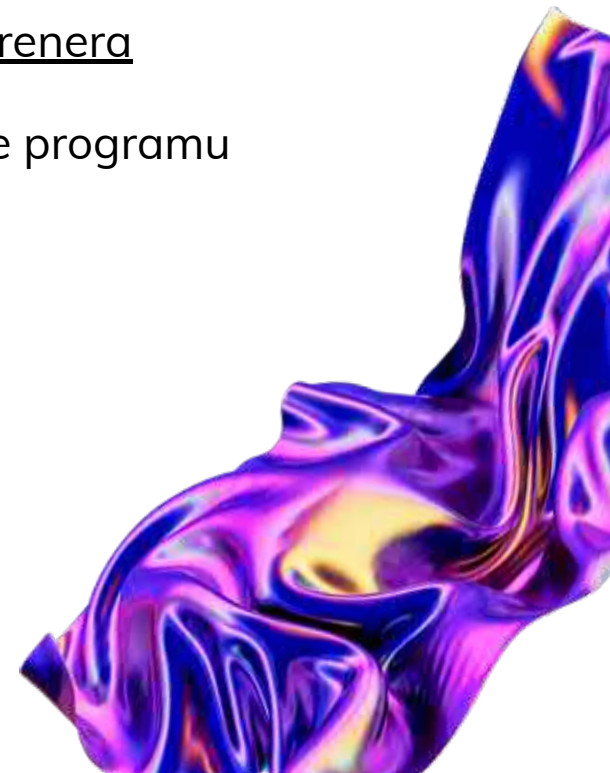
mgr Karolina Domańska

i Lublin, 17.04.2024r.

Plan wystąpienia

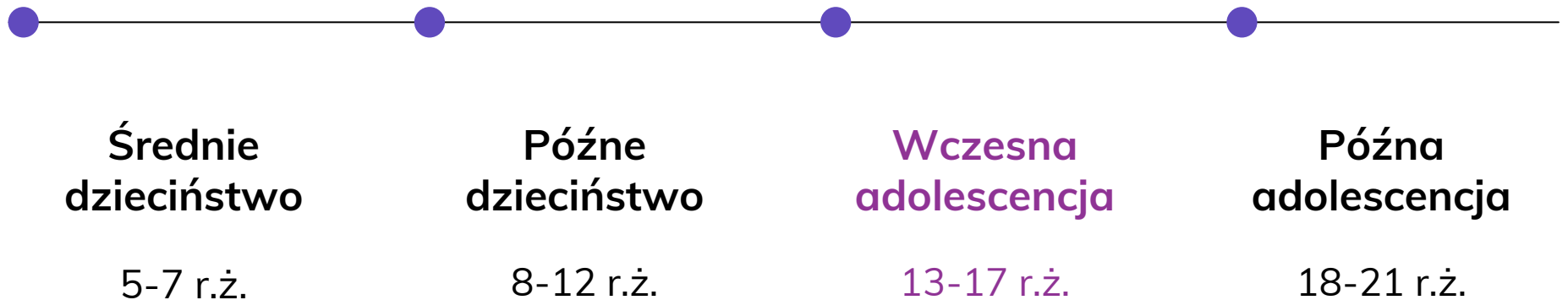
START

- Wstęp
- Etapy rozwoju w cyklu człowieka
- Specyfika rozwoju adolescentów
- Zadania rozwojowe
- Dojrzałość społeczna
- Zagrożenia dla osiągnięcia dojrzałości społecznej
- Profilaktyka
- Trening TUS
- Proces treningu
- Kompetencje trenera
- Mity dotyczące programu





Etapy rozwojowe we wczesnej fazie cyklu życia



Specyfika adolescencji

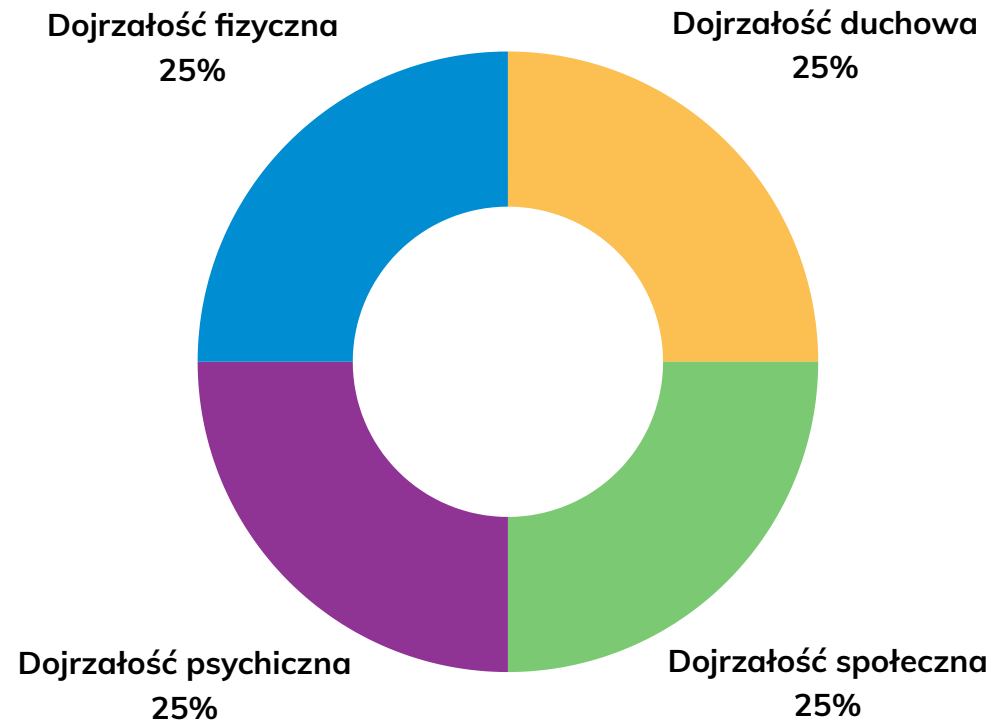
Etap przejściowy



- Okres adolescencji jest istotnym etapem przejściowym między dzieciństwem a dorosłością, momentem dokonywania się szeregu zmian rozwojowych, a tym samym czasem nabywania kompetencji osób dorosłych.
- Proces ten dokonuje się za pomocą realizacji **zadań rozwojowych** przypisanych do etapu adolescencji.

Zadania rozwojowe

- Procesy służące osiągnięciu dojrzałości w każdym z obszarów
- Ramy czasowe przeznaczone na realizację przez jednostkę różnorodnych celów (zadań rozwojowych).
- Ich realizacja prowadzi do przystosowania indywidualnego jednostki, następnie zaś społecznego (Havighurst).



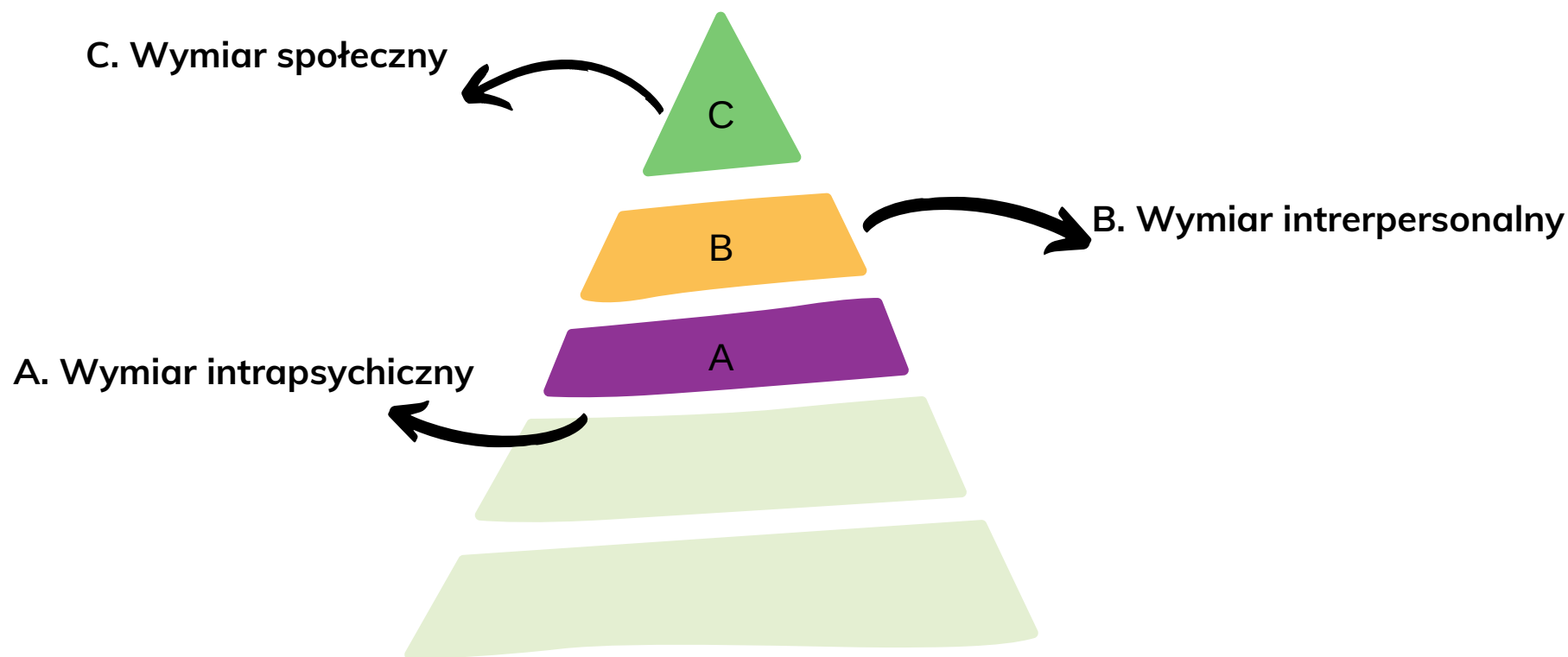
Dojrzałość społeczna

Nabywanie umiejętności konstruktywnych relacji z otoczeniem oraz pełnienia ról społecznych (Gaś).

- Role (np. uczeń, kolega, syn, wolontariusz).
- Radzenie sobie z wyzwaniami życiowymi.
- Nawiązywanie konstruktywnych relacji rówieśniczych.
- Przygotowywanie się do separacji względem środowiska rodzinnego.



Etapy kształtowania się dojrzałości społecznej



Zagrożenia utrudniające osiąganie dojrzałości społecznej

Szczególne znaczenie 4 zjawisk (Gaś):

- Osłabienie **roli rodziny** w życiu nastolatka (wzorce, struktura).
- Odrywanie **ról społecznych** od wieku rozwojowego (parentyfikacja).
- **Zastępowanie autorytetów** niekonstruktywnymi wzorcami (media).
- **Redefiniowanie wartości** (rozumienie skrajne).





Profilaktyka jako wspieranie w prawidłowym rozwoju

Wspomaganie nastolatka

w konstruktywnym radzeniu
sobie z trudnościami
zagrożającymi prawidłowemu
rozwojowi i zdrowemu życiu

Ograniczanie i likwidowanie czynników ryzyka

zaburzających prawidłowy rozwój
oraz tych, które dezorganizują
zdrowy styl życia

Inicjowanie i wzmacnianie czynników chroniących

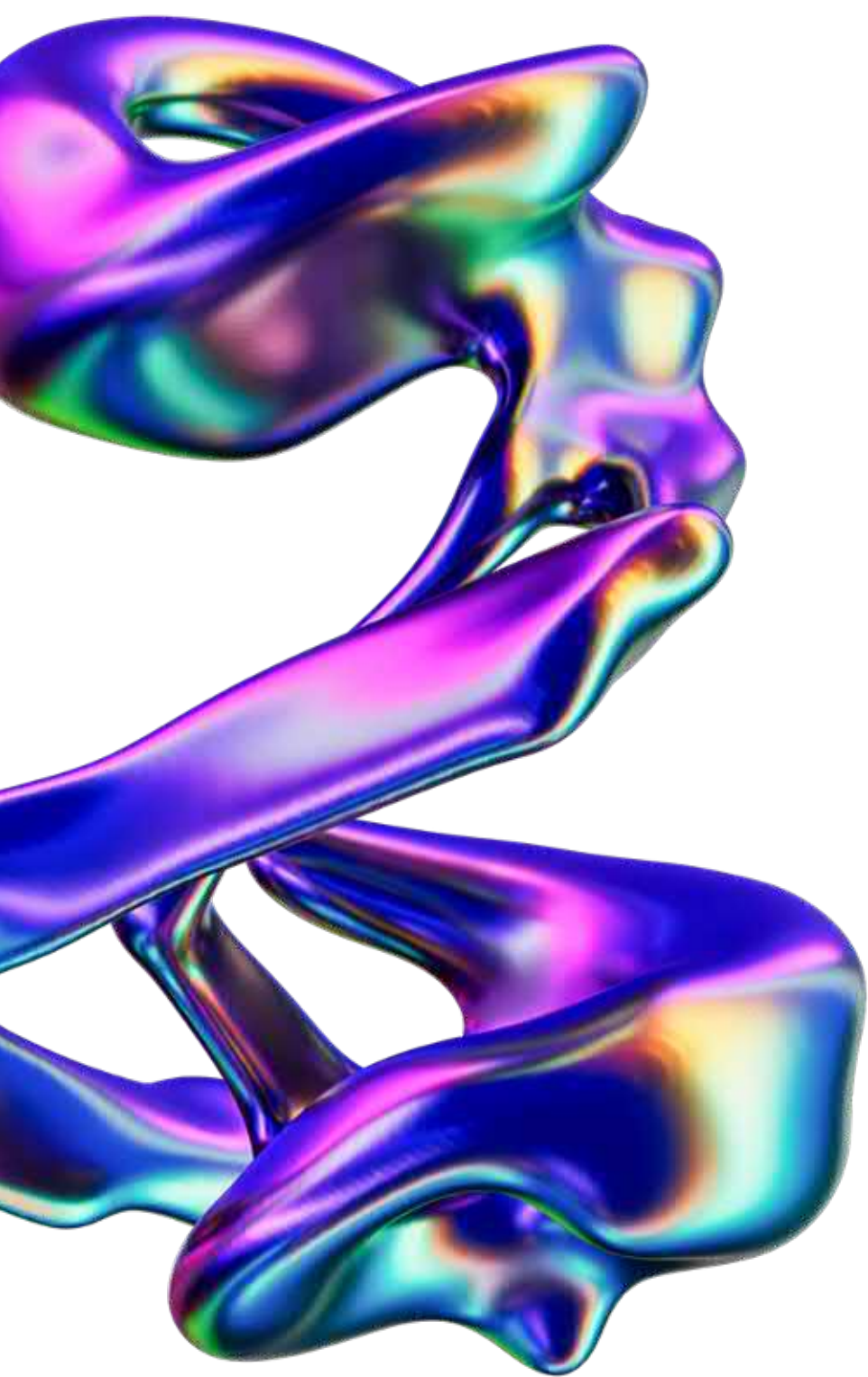
które sprzyjają
prawidłowemu rozwojowi

TUS

Trening umiejętności społecznych



Program celowego
i zaplanowanego uczenia
umiejętności społecznych



Odbiorcy

- Dzieci
- Młodzież
- Dorośli

Odbiorcami są również osoby z zaburzeniami rozwojowymi i niepełnosprawnością



Formy pracy

- Małe grupy np. zajęcia rewalidacyjne
- Grupy integracyjne
- Grupy celowe/terenowe



Cele

- Wspieranie w rozwoju
- Zapobieganie występowaniu / nasilaniu się zakłóceń rozwojowych
- Uzyskanie umiejętności, kompetencji i wiedzy społecznej

Proces treningu TUS



Wywiad z rodzicem

- Poznanie oczekiwań rodzica
- Ocena bieżących trudności i mocnych stron nastolatka
- Dobór do odpowiedniej grupy
- Udzielenie wsparcia informacyjnego i emocjonalnego

Trening

- .Obserwacja/wstępna diagnoza
- Rozumienie skali trudności w zakresie różnych kompetencji
- Wzmacnianie potencjału nastolatka
- Obserwowanie dynamiki rozwoju
- Ustalenie celów indywidualnych w kontekście grupy!

Ewaluacja

- Ocena skali osiągniętych celów
- Czynniki utrudniające osiągnięcie celów
- Czynniki pomocne w realizacji celów
- Stopień umiejętność korzystania z potencjału grupy

Zaplanowanie dalszych oddziaływań

- Informacja zwrotna dla nastolatka
- Informacja zwrotna skierowana do rodziny
- Działania pomocowe skierowane na nastolatka i jego rodzinę

Obszary tematyczne

Bloki ćwiczeniowe koncentrują się wokół podstawowych umiejętności społecznych. Każdy z nich dostosowany jest do indywidualnych możliwości i potrzeb uczestnika.

- Rozpoznawanie, rozumienie i zarządzanie emocjami
-

- Współpraca
-

- Asertywność
-

- Sytuacje konfliktowe
-

- Komunikacja
-

- Mocne strony
-

- Empatia
-

- Zmiana i strata



Trening umiejętności społecznych według Goldsteina opiera się na kluczowych regułach nauczania:

• **Psychoedukacja**

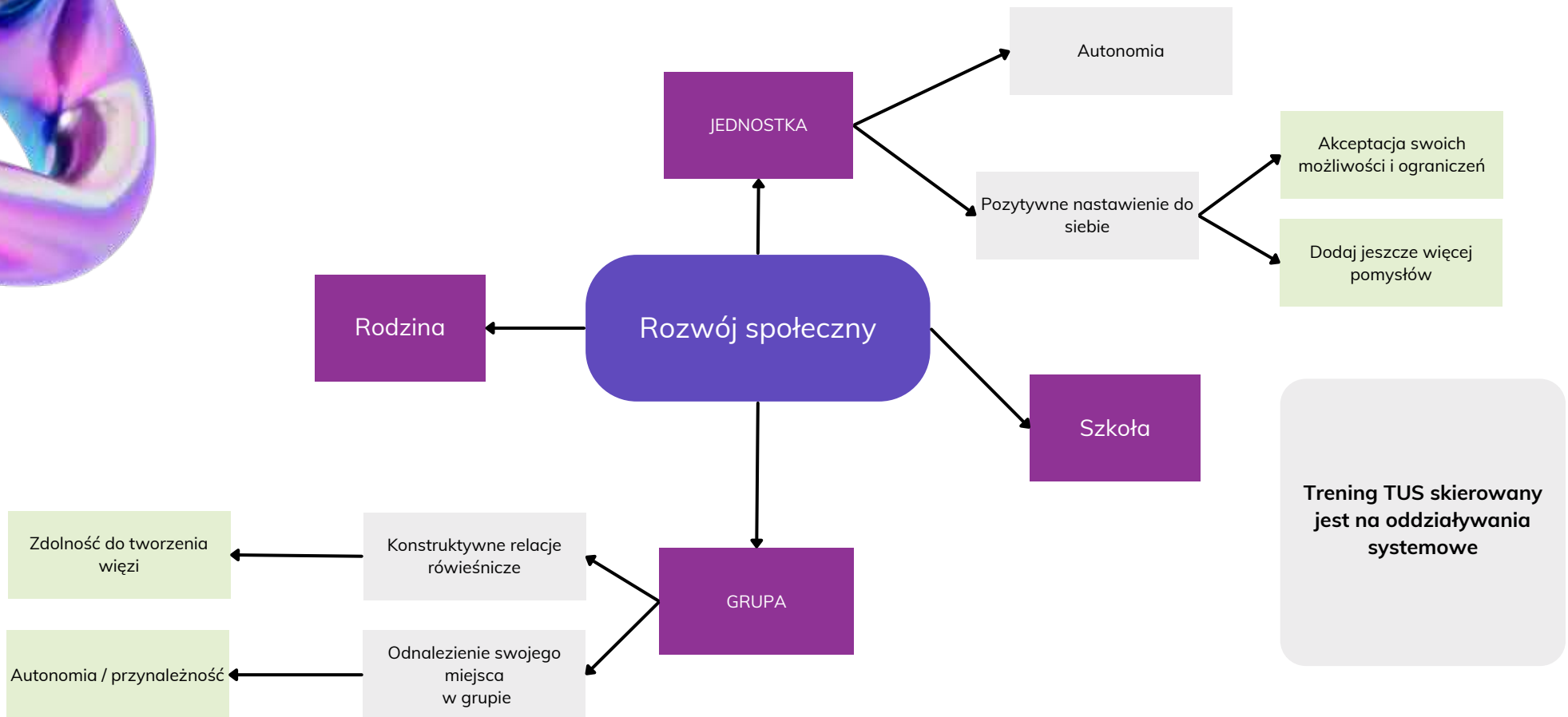
• **Generalizowanie**

• **Modelowanie**

• **Transfer umiejętności**

• **Odgrywanie ról**

• **Informacja zwrotna**



Trener TUS



Praca w diadzie

Współpraca dwóch trenerów



Myślenie systemowe

Szerokie rozumienie znaczenia zachowań uczestników



Doświadczenie w pracy z grupą

Rozumienie procesów grupowych



Wiedza

Znajomość prawidłowości i zakłóceń rozwojowych,

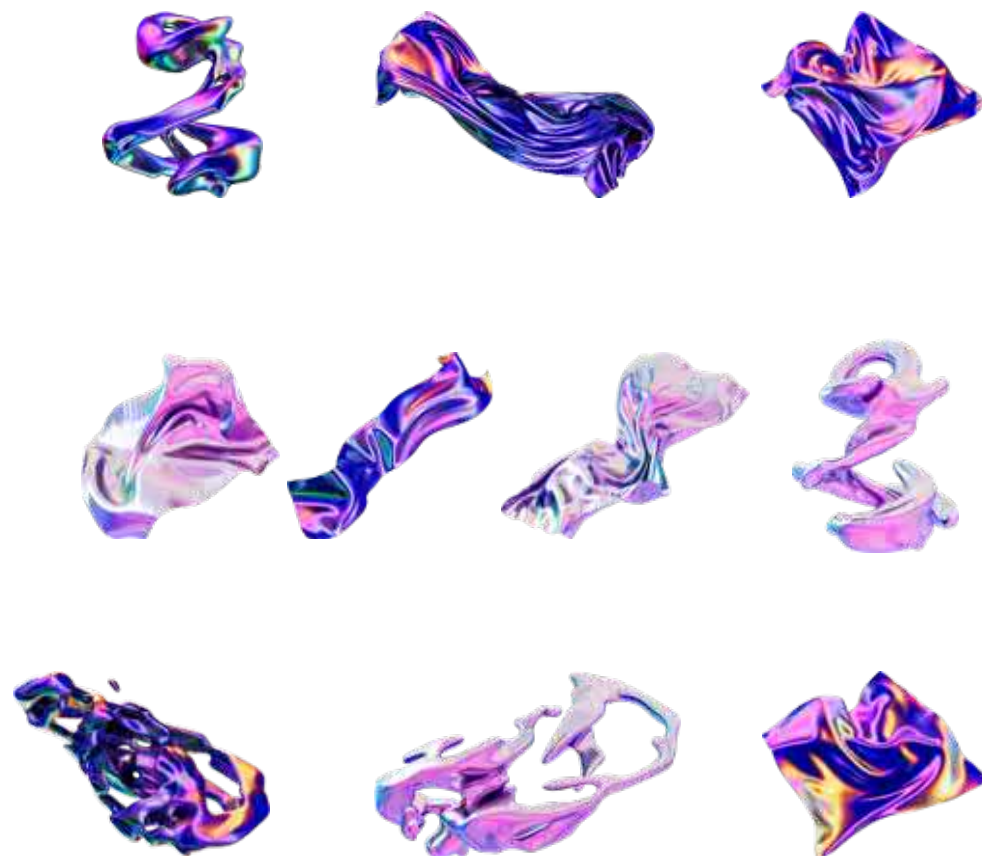


Włączanie rodziców

Angażowanie w proces treningowy

Mity dotyczące programu TUS

1. Każdy nastolatek powinien wziąć udział w programie TUS
2. Program TUS jest odpowiedzią na wszystkie trudności rozwojowe adolescentów
3. Program TUS zastępuje psychoterapię
4. Trening zastępuje oddziaływania wychowawcze



KONFERENCJA:

EDUKACJA DLA PRZYSZŁOŚCI:

KOMPETENCJE PSYCHOSPOŁECZNE W KONTEKŚCIE WYZWAŃ EDUKACYJNYCH

Dziękuję za uwagę

Kontakt: psychologkdomanska@gmail.com