

**Świetlica socjoterapeutyczna-
dobra praktyka w profilaktyce
zdrowia psychicznego dzieci
i młodzieży**

Ewa Janik

ZDROWIE PSYCHICZNE

Zdrowie psychiczne jest różnie definiowane przez poszczególne dziedziny nauki:

- **medycyna** określa zdrowie psychiczne jako niewystępowanie objawów psychopatologicznych, oraz brak defektów w strukturze i funkcjach psychicznych,
- **psychologia** określa zdrowie psychiczne jako zdolność do twórczego rozwoju i samorealizacji, akceptację i poczucie własnej wartości i tożsamości, zdolność osiągania satysfakcji z życia, realistyczną percepcję rzeczywistości,
- **socjologia** określa zdrowie psychiczne jako zdolność przystosowania się jednostki do norm kulturowych i środowiska społecznego, umiejętności prawidłowej koegzystencji w grupie i właściwego funkcjonowania w rolach społecznych.

Świetlica socjoterapeutyczna

Świetlica socjoterapeutyczna

- **Spółeczność terapeutyczna**

to swoisty mikrokosmos społeczny „małe społeczeństwo”, w którym istnieje podział ról i zadań, oraz obowiązków. Spółeczność terapeutyczna stwarza bowiem niepowtarzalną okazję do połączenia się różnorodnych interakcji społecznych, w których każdy członek społeczności ma możliwość swobodnego wyrażania i wzajemnej wymiany autentycznych uczuć, spostrzeżeń, myśli itp. Życie w społeczności dostarcza jednostce takich doświadczeń, dzięki którym może przyswoić nowe sposoby zachowań, niezbędnych w codziennym życiu.

Świetlica socjoterapeutyczna

- **Zasady społeczności terapeutycznej**

1. Dwukierunkowa komunikacja na wszystkich poziomach:

To bezpośrednio wymienianie się swoimi spostrzeżeniami, opiniami, zdaniem na konkretny temat dotyczący życia i funkcjonowania w środowisku w którym się wspólnie znajdują, czyli świetlicy.

Zasady społeczności terapeutycznej cd

- 2. Podejmowanie decyzji na wszystkich poziomach.

Zasada ta polega na wspólnym decydowaniu. Każdy ma prawo do współudziału i współdecydowaniu w sprawach dotyczących życia w świetlicy. Wszyscy wychowankowie razem stosują się do wcześniej ustalonych norm i zasad. Ważne jest, aby wszystkie sprawy członków społeczności stały się sprawami wspólnymi. Oznacza to wzajemne zrozumienie, pomoc wobec drugiego człowieka.

Zasady społeczności terapeutycznej cd

- 3. Wspólne przywództwo

Zasada demokracji – która oznacza, że każda jednostka społeczności świetlicowej ma równe prawa i obowiązki w zarządzaniu i decydowaniu o sprawach tej społeczności. Realizacja tej zasady zwiększa szacunek wychowanka do samego siebie, zaangażowania, samodzielności i samokontroli.

Zasady społeczności terapeutycznej c.d

- 4. Zasada konsensusu

To podejmowanie decyzji na podstawie wspólnej, powszechnej zgody co do tego, że dane przedsięwzięcie jest słuszne lub konieczne. Zasada ta gwarantuje, iż żadna decyzja nie może być ostateczna czy obowiązująca. Dzięki temu grupa uczy się współdecydowania, jak również pójścia na kompromis.

Zasady społeczności terapeutycznej cd

- 5. Uczenie się życia poprzez społeczną interakcję
- tu i teraz

To przede wszystkim stworzenie naturalnego środowiska dla wychowanków świetlicy. Sprowadza się to, do dostarczenia członkom społeczności bezpośrednich doświadczeń, umożliwiających w ten sposób konfrontację nabytych społecznych umiejętności z otaczającą rzeczywistością. Uczenie się wspólnego życia, rozwiązywania problemów, trudów napotykanym z każdym dniem, oraz próba wspierania i współdziałania osób w grupie.

Kontrakt

1. Jesteśmy kulturalni (używamy słów „proszę”, „dziękuję”, „przepraszam”, nie przeklinamy, nie krzyczymy)
2. Wspólnie przeciwdziałamy przemocy (nie bijemy się, nie wyjmiewamy, nie popychamy, nie rzucajemy).
3. Jesteśmy tolerancyjni (akceptujemy siebie takimi jakimi jesteśmy).
4. Szanujemy się wzajemnie (nie przerywamy sobie, słuchamy się wzajemnie).
5. Dbamy o swoje bezpieczeństwo (nie biegamy).
6. Dbamy o porządek (sprzątamy po sobie).
7. Pomagamy sobie.
8. Aktywnie uczestniczymy w zajęciach.
9. Nie wychodzimy ze świetlicy bez zgody wychowawcy.
10. Nie używamy komórek podczas zajęć.
11. Ledwo spędzamy czas (nie palimy, nie pijemy alkoholu, nie używamy narkotyków).

Wiktoria
Nalecia



Syrena
Polska

KAROLINA.S.
DME

Sandra
Martyna
Rutkowska

Wiktoria
Pulcy

Cele świetlicy terapeutycznej:

- udzielanie pomocy w eliminowaniu i rozwiązywaniu niepowodzeń szkolnych, rodzinnych i osobistych;
- eliminowanie zaburzeń zachowania;
- wdrażanie wychowanków do przestrzegania zasad współżycia społecznego oraz podnoszenie ich kultury osobistej;
- podnoszenie kompetencji społecznych poprzez rozwijanie umiejętności zachowania się w różnorodnych sytuacjach społecznych.



KRYJOWKA

Świetlica socjoterapeutyczna „Kryjówka”

- Świetlica socjoterapeutyczna działająca przy TOTU to forma wsparcia dla dzieci i młodzieży. „Kryjówka” istnieje od 2001 roku. Jest miejscem dziennego pobytu dla dzieci i młodzieży w wieku od 7 do 18 roku życia. Zajęcia w świetlicy odbywają się od poniedziałku do piątku od 14:00 do 18:00.

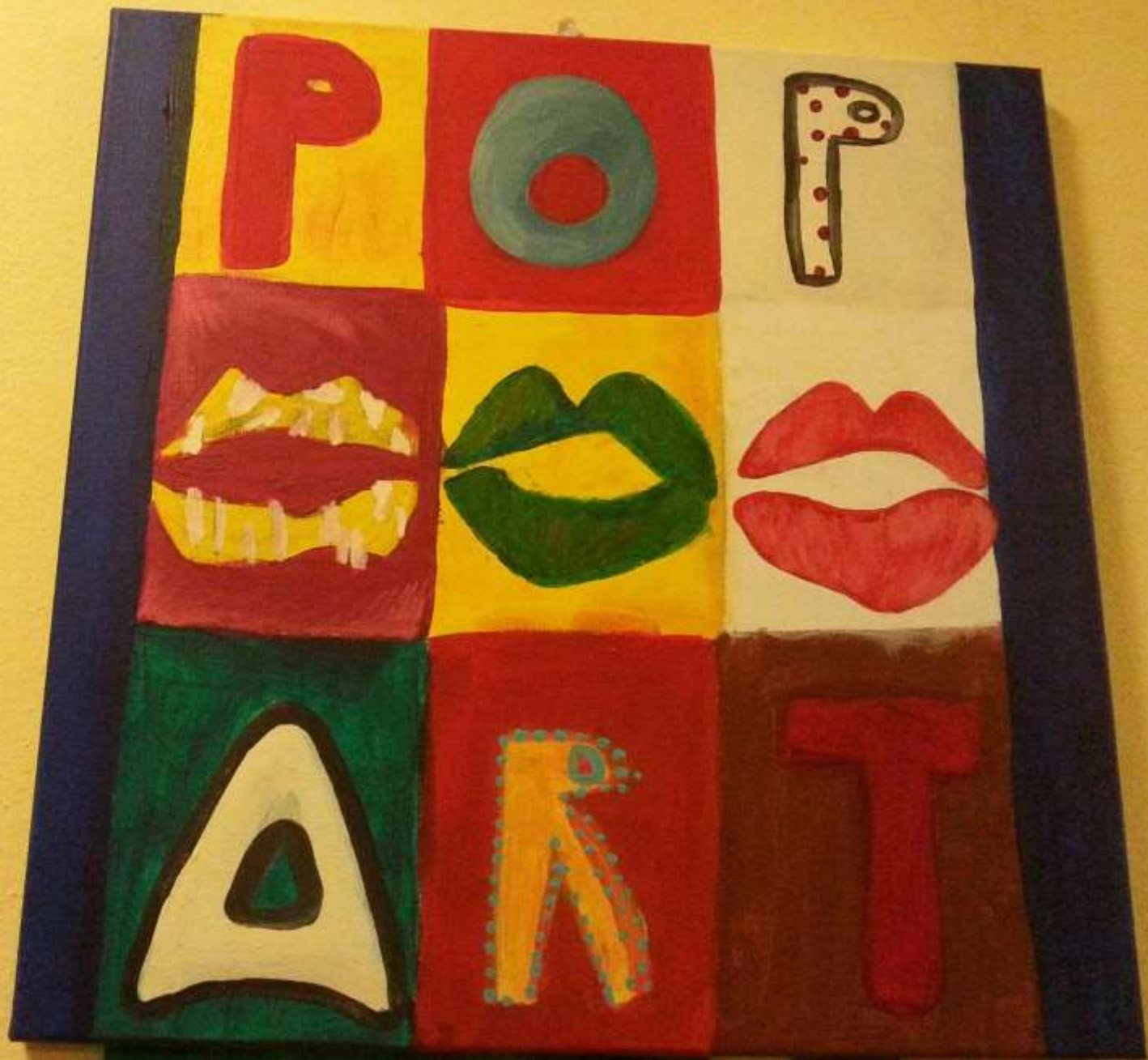
Wychowawcy „Kryjówki” starają się zapewnić wychowankom:

- przebywanie w życzliwym, pogodnym, bogatym w wartości i uporządkowanym środowisku;
- pomoc w zakresie nauki szkolnej;
- organizowanie alternatywnych sposobów spędzania czasu wolnego;
- organizacja zajęć okolicznościowych i integracyjnych;
- możliwość rozwijania zainteresowań dzieci;
- naukę umiejętności nawiązywania kontaktów.

Harmonogram zajęć w „Kryjówce”

Zajęcia plastyczno- techniczne

- posługiwanie się narzędziami używanymi podczas tworzenia prac plastycznych;
- wyrabianie poczucia estetyki i wrażliwości na piękno przyrody;
- wykonywanie drobnych zadań technicznych jako element pracy społecznej na rzecz świetlicy;
- łączenie różnych dziedzin sztuki.



P

O

P



A

R

T





Emma R.



Emma R.



Emma R.



Emma R.



Emma R.



Emma R.



Zajęcia teatralne

- rozwijanie zdolności i zaspokajanie potrzeb twórczych przez poznawanie różnorodnych form ekspresji, kształtowanie zmysłów;
- wdrażanie do kulturalnego spędzania wolnego czasu;
- kształtowanie umiejętności odreagowania stresów szkolnych i rodzinnych;
- wyrażanie przeżyć, nastrojów, emocji za pomocą gestów, ruchów, mimiki;





Zajęcia kulinarne

- Mają na celu budowanie więzi oraz współpracy pomiędzy wychowankami. Uczą odpowiedzialności za powierzone zadanie oraz ponoszenia konsekwencji podejmowanych działań. Istotnym celem jest wykształcenie u wychowanków praktycznych umiejętności kulinarnych niezbędnych w dorosłym życiu.

Zajęcia terapeutyczne

- adresowane są do dzieci z zaburzeniami zachowania, nadpobudliwością, agresją, zahamowaniem, niską samoocena, nieśmiały, dzieci mających problemy w relacjach rówieśniczych.
- Zajęcia terapeutyczne uczą pewnych umiejętności społecznych przydatnych do budowania satysfakcjonujących więzi międzyludzkich.

Cele zajęć terapeutycznych

- rozpoznawania własnych i cudzych uczuć,
- wyrażania uczuć,
- dostrzegania swoich mocnych stron,
- widzenia różnic i podobieństw między ludźmi,
- zwiększenie poczucia własnej wartości,
- skutecznego porozumiewania się,
- wyrażania swoich myśli i uczuć,
- rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji.

Jaki festem,
jak movie wideo inni.



Zadanie zajęć terapeutycznych w *Kryjówce*

Głównym zadaniem jest wspomaganie dzieci i młodzieży w ich rozwoju i pojmowaniu rzeczywistości poprzez realizację trzech celów naszej świetlicy:

- rozwojowych,
- edukacyjnych,
- terapeutycznych.

Zadanie zajęć terapeutycznych w *Kryjówce cd*

1. Cele rozwojowe

Cele te ściśle związane są z wiekiem naszych wychowanków. Jako wychowawcy mamy na uwadze to, iż na każdym etapie rozwoju nasi podopieczni mają określone potrzeby.

U dzieci młodszych dominuje potrzeba aktywności, zabawy, wsparcia ze strony dorosłych.

Wśród młodzieży w okresie dorastania jest to przede wszystkim potrzeba wyrażania siebie, potrzeba intymności i niezależności.

Zadanie zajęć terapeutycznych w *Kryjówce cd*

- **2. Cele edukacyjne**

Aby osiągnąć cele edukacyjne w naszej grupie terapeutycznej poruszamy takie zagadnienia, które pozwolą dzieciom sprawnie funkcjonować w społeczeństwie: uczymy pełnienia określonych ról, rozpoznawania emocji, odpowiedzialności oraz tolerancji.

Zadanie socjoterapii w *Kryjówce cd*

- 3. **Cele terapeutyczne**

organizowanie takich sytuacji społecznych podczas spotkań, które dostarczą uczestnikom zajęć doświadczeń korekcyjnych, oraz sprzyjać będą odreagowaniu napięć emocjonalnych i posłużą uczeniu się nowych umiejętności społecznie aprobowanych.

Świetlica, a poradnia zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży

- Świetlica socjoterapeutyczna ściśle współpracuje z Poradnią Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży. Wspólne działanie polega na konsultacjach oraz diagnozie dzieci i młodzieży o ile zachodzi taka konieczność.