

SOCJOTERAPIA

Socjoterapia jest formą pomocy adresowaną do dzieci i młodzieży w okresie dorastania, borykających się z problemami osobistymi i trudnościami życiowymi.



Celem zajęć socjoterapeutycznych jest eliminowanie przyczyn i przejawów utrwalonych zaburzeń zachowania, utrudniających realizację zadań życiowych.

Umiejętność rozumienia siebie i innych, oraz poprawę własnego funkcjonowania w relacjach z innymi zdobywa się w wyniku spotkań kilkusobowej grupy, raz w tygodniu, podczas których zachodzące zdarzenia dostarczają nowych doświadczeń w byciu z samym sobą i innymi ludźmi. Spotkania odbywają się w atmosferze afirmacji, czyli dostrzegania i podkreślania pozytywnych cech, dokonań i zdolności uczniów.

Rola terapeuty polega na stwarzaniu takich sytuacji, które pomogą uczestnikom spotkań uświadomić sobie swoje trudności oraz własny potencjał i możliwości zmiany.

Służą temu różnorodne **techniki** stosowane podczas zajęć np: gry, ćwiczenia, rozmowy, praca w kręgu, techniki wyobrażeniowe, burza mózgów, prace plastyczne, odgrywanie scenek. Uczestnictwo w zajęciach socjoterapeutycznych z jednej strony może spowodować wzrost motywacji do zmiany, z drugiej zaś przyczynić się do zmniejszenia, a nawet ustąpienia zakłóceń w zachowaniu i pozwolić na dalszy konstruktywny rozwój osobisty i społeczny.

Zajęcia te są okazją do wypróbowania i wyćwiczenia nowych sposobów zachowania oraz nabycia nowych umiejętności, takich jak: asertywność, podejmowanie decyzji, empatia, radzenie sobie w trudnych sytuacjach, poszukiwanie wsparcia i pomocy, komunikacja emocji, poznawanie mechanizmu uzależnień.

Zajęcia socjoterapeutyczne przeznaczone są dla uczniów mających problemy z:

1. NAUKĄ :

- ✓ brak motywacji do nauki,
- ✓ deficyt koncentracji uwagi, nadpobudliwość psychoruchowa,
- ✓ brak sukcesów, mimo znacznych nakładów pracy.



2. W RELACJACH Z INNYMI LUDŹMI :

- ✓ osamotnienie, poczucie bycia niezrozumianym,
- ✓ przeżywanie poczucia mniejszej wartości,
- ✓ agresja.

Przewodnią ideą socjoterapii jest zmniejszenie lub likwidowanie urazowych sądów o sobie i innych, zmiana zaburzonych zachowań oraz wspieranie i stymulowanie rozwoju emocjonalno – społecznego.

