

Személyiségfejlesztő mentálhigiénés foglalkozás kisiskolásoknak

Feszültségoldó, önismeret fejlesztő kiscsoportos foglalkozás kisiskoláskorú gyermekeknek (7-11 év)

Az iskolakezdéskor és az iskola első éveiben a gyermekek új élethelyzetbe és elvárások elé kerülnek. A kezdeti nehézségek megoldása nagyban függ az előző életszakasz személyiségfejlődésének minőségétől. A már az óvodában megmutatkozó, és kezeletlen teljesítmény, beilleszkedés, vagy magatartási problémák általában hamar megmutatkoznak az iskolában is. Minél később ismerjük fel, az ok-okozati összefüggések feltárása annál nehezebb.

Tünetek: a szorongás, teljesítménygátlás, kommunikációs, és önkifejezési problémák, az iskolai csoportba való beilleszkedés nehézsége. A gyermekek szociális érettsége meghatározza a társakkal kialakított kapcsolat minőségét is. A családi helyzet esetleges kiegyensúlyozatlansága csak súlyosbítja a gyermekek bizonytalanságát és az iskolai kudarcok nagymértékben lecsökkentik a gyermekek reális önismeretét és önbizalmát. Az alapozó kognitív készségek színvonala pedig meghatározza az iskolai beválást. Tudjuk, hogy a gyermekek iskolai pályafutását és hosszú távú eredményességét nagyban befolyásolják az első iskolai évek sikereire, illetve kudarcokra vonatkozó tapasztalatai, ezért fontos azon lehetőségek megteremtése és megajánlása e korcsoport számára, melyek az esetleges kudarcok prevencióját célozzák meg.

Az is előfordulhat, hogy gyermekünkönél viselkedésbeli vagy érzelmi változásokat figyelünk meg. Ezek a változások a fejlődés velejárói (hiszen egy-egy fejlődési szakaszba való átlépés gyakran társul átmeneti tünetekkel, nehézségekkel) is lehetnek, ugyanakkor valamilyen tünetképzésre utalnak abban az esetben, ha hosszú távon fennmaradnak, a gyermek közösségbe való beilleszkedését, vagy a képességeinek a megfelelő kiteljesedését gátolják.

Az alábbi foglalkozás csoportban történik, és ráépül az ezt megelőző diagnosztikus vizsgálat eredményeire.

A csoportos foglalkozás célja a nehézségekkel küzdő gyermekek csoportban történő személyiségfejlesztése. A csoportos foglalkozáson való részvétel további haszonnal is bír: a csoporttevékenység fejleszti és megalapozza a reális önértékelést, kapcsolatletteremtési képességeket és fejleszti a mentális reprezentációk kifejezési képességét (performancia).

Alkalmazott módszerek:

- pszichodráma
- kreativitás fejlesztés
- kommunikáció fejlesztés
- konfliktus kezelés
- készségfejlesztés

Alkalmazott eszközök:

- dramatikus játékok
- manuális tevékenységek
- mozgásos játékok

A foglalkozás időtartama alkalmanként 45 perc, 4-5 fős csoportokban, a találkozások gyakorisága hetente egyszeri.

Minden lejárt bérlet után a szülők írásos véleményt kapnak a kisgyermekük fejlődéséről, melyek voltak a tapasztalatok vele kapcsolatosan a foglalkozások alkalmával, milyen eredményeket ért el, milyen csoportbeli kapcsolatokat alakított ki, illetve melyek azok a területek, ahol még fejlesztést igényel.

Foglalkozásvezető: Andree Tünde, pszichológus (06 30 857 4958)