

**Fészek (Fiatalok Életkezdésének Szociális Előkészítése) csoport**

Tartalom	Módszerek	Időtartam	Eszközök
<b>Csoportalakítás:</b> Ráhangoló gyakorlatok, névgyakorlók, szabálykötés	Játékos feladatok Páros feladatok Egyéni gyakorlatok	3 óra	Papírok, tollak, post it-ek, feladatkártyák, flipchart tábla
<b>A szocializáció színterei:</b> Család, iskola, kortárs csoport, munkahely, média	Interaktív kiselőadás Csoportos megbeszélés Saját élmények	3 óra	Projektor, vászon
<b>Családi életciklusok:</b> Az önállóságtól az üres fészekig	Interaktív kiselőadás Csoportos megbeszélés Saját élmények	3 óra	Projektor, vászon
<b>Párválasztás:</b> Férfi szerepek, női szerepek, minták, dinamikák. Intimitás, szexualitás	Páros gyakorlatok, kiscsoportos gyakorlatok, nagykörös megbeszélések, tréning elemek,	3 óra	Papírok, tollak, post it-ek, feladatkártyák, flipchart tábla
<b>ÉN + Te = MI :</b> A közös élet kezdete...	Kommunikációs gyakorlatok, helyzet gyakorlatok, páros gyakorlatok, játék	3 óra	Papírok, tollak, post it-ek, feladatkártyák, szerepkártyák, flipchart tábla
<b>Családalapítás:</b> Gyermekvállalás. Fókuszban a változás. Társas kapcsolatok	Interaktív kiselőadás, irányított beszélgetés, saját élmények megbeszélése, játék	3 óra	Projektor, vászon, papírok, tollak
<b>Családdinamikai „alapismeretek”:</b> Bevezetés, minta, mintázatok, szerepek, „szabályok”, ciklusok	Interaktív kiselőadás, irányított, nagykörös megbeszélés, kis- és nagy gyakorlatok	3 óra	Projektor, vászon, papírok, tollak
<b>Konfliktusok és kezelésük:</b> Empátia, tolerancia, nyílt kommunikáció, elfogadás	Teszt, nagykörös megbeszélés, empátia gyakorlat, kommunikációs gyakorlatok, játék	3 óra	Teszt lapok, papírok, tollak, feladatkártyák
<b>A család, mint természetes támasz: A lelki egészség megőrzése</b>	Irányított, nagykörös megbeszélés, csoportmunka	3 óra	Papírok, tollak

<b>Összefoglalás, visszatekintés:</b> Kik vagyunk, honnan jöttünk, merre tartunk?	Szociális csoportmunka, gyakorlatok, játék, visszajelzések, záró kör	3 óra	Papírok, tollak
---	--	-------	-----------------

**Megjegyzés:**

Az fenti tematika csupán vázlat! Egy 3 komponensből álló program egyik eleme. A végleges és részletes tartalom a csoportindítás előtt, a résztvevők szociológiai, társadalmi jellemzői alapján kerül véglegesítésre.

**A program sajátosságai:**

(Az alábbi jellemzők – eltérő hangsúllyal, de - minden egyes csoportra egyaránt vonatkoznak.)

- A csoportok, módszereikben gyakorlatorientált, saját élményű tréningelemeket tartalmazó csoportmunkák, melyek ismeretátadást is nyújtanak „interaktív kiselőadások” formájában. Alkalmazznak érzékenyítő gyakorlatokat, önismeretet elősegítő elemeket, coach módszereket és szituációs, dramatikus feladatokat.
- Az egyes témaköröket a gyakorlat felől dolgozzuk fel. Csak ezt követően történik némi elméleti ismeretátadás, de az is interaktívan, feladatokkal, gyakorlatokkal, ahol lehetséges, játékos formában.
- A filmrészletek rövid, 4 – 5 perces bejátszások, melyek hangsúlyosan az adott témakörre fókuszálnak
- A csoportokban páros csoportvezetést alkalmazunk.
- A csoportvezetők együttműködésükkel, maguk is indirekt módon demonstrálják, mutatják be a férfi – női szerepeket, együttműködést, kommunikációt.
- Minden egyes témakörnél nagy hangsúlyt kap, a saját élmények megosztása és feldolgozása.
- A csoportvezetők több mint, 10 – 10 év csoportvezetői, képzési gyakorlattal rendelkeznek, szakmai együttműködésük a csoportvezetésben (páros csoportvezetés) mintegy 5 éves közös múlttra tekint vissza.

Budapest, 2016. 06. 20.

Vajda Zsolt

Szociális munkás