

Trening Umiejętności Społecznych



TUS

Trening umiejętności społecznych ma na celu nauczyć dzieci m.in. tego, jak reagować na swoje emocje, jak komunikować się z innymi ludźmi czy jak współpracować w grupie.



Trening umiejętności społecznych - na czym polega?

Ma za zadanie poprawiać funkcjonowanie dzieci niepełnosprawnych wśród rówieśników i osób dorosłych. Tego typu zajęcia odbywają się w kilkusobowej grupie, gdzie dzieci mają za zadanie obserwować zachowania innych, zwracać również uwagę na to, jak sami zachowują się w stosunku do innych osób.

Trening umiejętności społecznych - jak przebiega?

Podczas terapii inicjowane są m.in. różne scenki, gdzie dzieci odgrywają jakieś role, a później cała grupa analizuje zaprezentowane przez odgrywających zachowania. Uwaga dzieci kierowana jest na styl komunikacji, którym się oni posługują - terapeuta wskazuje, które wypowiedzi mają charakter asertywny, które pasywny, a które ocierają się o styl agresywny.



Trening umiejętności społecznych: jakie umiejętności mają podczas niego nabywać dzieci?

- *umiejętność inicjowania i właściwego prowadzenia rozmowy;
- *umiejętność reagowania na krytykę, przegraną;
- *metody radzenia sobie z różnymi uczuciami - zarówno negatywnymi, jak i pozytywnymi;
- *umiejętność słuchania innych osób oraz zdolność do zadawania pytań;
- *metody odmawiania;
- *nauczenie się, jak pracować w grupie;
- *sposoby na rozwiązywanie konfliktów;
- *rozdzielanie uczuć - zarówno swoich, jak i innych ludzi.

Trening Umiejętności Społecznych

Treści omawiane podczas zajęć są dostosowywane do możliwości i potrzeb psychofizycznych dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych.

Trening umiejętności społecznych

Od najmłodszych lat uczymy się umiejętności społecznych w rodzinie i w środowisku, w którym przebywamy (przedszkole, szkoła, grupy rówieśnicze, środowisko zawodowe). Jest to tak zwany naturalny trening umiejętności społecznych (TUS)



Trening umiejętności społecznych

Trening percepcji społecznej polega na doskonaleniu umiejętności trafnego postrzegania i rozumienia komunikatów niewerbalnych, percepcji stanów emocjonalnych i postaw interpersonalnych



Trening umiejętności społecznych

Materiał prezentowany dzieciom musi wskazywać prawidłowe zachowania, na przykład: materiał fotograficzny/video powinien przedstawiać osoby rzeczywiście dobrze odgrywające przeżywane emocje, które dziecko musi rozpoznać.

Trening umiejętności społecznych

Trening podejmowania roli innych osób koncentruje się na doskonaleniu empatii poznawczej, czyli zauważania, rozumienia i brania pod uwagę punktu widzenia drugiej osoby. Stosowane techniki obejmują odgrywanie ról.

Trening umiejętności społecznych

Trening nadawania komunikatów niewerbalnych to przede wszystkim doskonalenie umiejętności przekazywania informacji, głównie o postawach interpersonalnych, w tym dominacji, życzliwości, przy wykorzystaniu mimiki, tonu głosu, gestów, postawy ciała i sposobu wykorzystania przestrzeni osobistej.



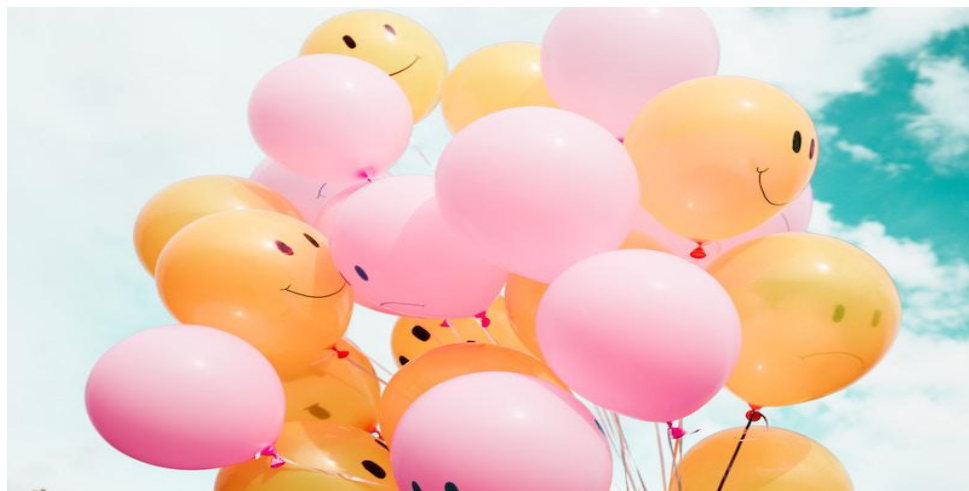
Trening umiejętności społecznych

Dany komunikat można nadać różnymi kanałami, na przykład najpierw za pomocą mimiki, potem za pomocą tonu głosu.



Trening umiejętności społecznych

Już w trakcie przygotowań do treningu należy dokonać wnikliwej analizy potrzeb dzieci, określić ich deficyty w obszarze kompetencji i umiejętności społecznych, ustalić cele treningu oraz zbudować wśród dzieci pozytywne nastawienie do pracy na zajęciach.



Trening umiejętności społecznych

Celem zajęć jest:

- *rozwijanie umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktów rówieśniczych,
- *zdobycie umiejętności adekwatnego reagowania w sytuacjach społecznych,
- *współdziałania w grupie podczas zabawy i pracy,
- *wyposażenie dziecka w różne sposoby radzenia sobie w sytuacjach dla niego trudnych,
- *zwiększenie możliwości poprawnego i twórczego porozumiewania się w różnych sytuacjach społecznych,
- *zdobywanie umiejętności dostrzegania i wyrażania emocji swoich i rówieśników,
- *wzbogacanie zasobu posiadanych przez dzieci środków ekspresji uczuć,
- *uczenie się sposobu odreagowywania napięć emocjonalnych,
- *budowanie pozytywnego obrazu samego siebie, kształtowanie poczucia własnej wartości.

Trening umiejętności społecznych

Realizacja przyjętych celów następuje przez wprowadzenie gier i ćwiczeń terapeutycznych, edukacyjnych lub rozwojowych, dzięki którym dzieci zdobywają nowe doświadczenia społeczne, emocjonalne i poznawcze. To zajęcia pełne zabawy, radości wyzwalające potencjał dziecka w grupie.



Opracowała: mgr Marta Górka