A csoport mint pszichológiai tér

Különböző élethelyzetű szülők csoportos foglalkozása

SZÉCHENYI 2020

MAGYARORSZÁG KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális Alap

BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

TÁMOP-6.1.4. KORAGYERMEKKORI PROGRAM TOVÁBBKÉPZÉS V.

Koragyermekkori program

Eszik Orsolya – Keresztury Emőke – Sződy Judit

A CSOPORT MINT PSZICHOLÓGIAI TÉR

Különböző élethelyzetű szülők csoportos foglalkozása

HALLGATÓI KÉZIKÖNYV

GYEMSZI, Budapest
2014

Szerzők:
Eszik Orsolya, Keresztury Emőke, Sződy Judit

Szakmai lektor:
Soósné Dr. Kiss Zsuzsanna

A TÁMOP 6.1.4 kiemelt projekt szakmai vezetése
Prof. Fogarasi András szakmai vezető
Kereki Judit szakmai vezető koordinátor

Képzés, humánerőforrás-fejlesztés alprojekt szakmai vezetése
Borbás Krisztina képzési alprojekt szakmai vezető
Patkó Alexandra vezető képzésszervező

V. elemi projekt
Brunner Beáta, elemiprojekt-vezető
Dr. Nagy Ágnes, elemiprojekt-vezető
Császár Barbara, elemiprojekt-asszisztens
Horbász Réka, távoktatási asszisztens

A jelen műben megjelenő képek, ábrák, fényképek és illusztrációk a GYEMSZI szerzői jogi tulajdonában állnak, vagy engedéllyel használja azokat. Azon képek, ábrák, fényképek és illusztrációk esetében, melyek nem a GYEMSZI tulajdonát képezik, a források megjelölésre kerültek.

© Gyógyszerészeti és Egészségügyi, Minőség- és Szervezetfejlesztési Intézet, 2014

TARTALOM

I. KÖSZÖNTŐ 7

II. RÖVIDEN A KORAGYERMEKKORI (0–7 ÉV) PROGRAMRÓL 9
II./1 FŐBB FELADATOK, TEVÉKENYSÉGEK A PROGRAMBAN 9
II./1.1 Módszertani fejlesztések 9
II./1.2 Képzésfejlesztés és továbbképzések szervezése 13
II./1.3 Informatikai fejlesztés 22
II./1.4 Védőnői Módszertani Egység (VME) kialakítása 22
II./1.5 Kommunikációs-disszeminációs tevékenység. 23

III. A CSOPORT MINT PSZICHOLÓGIAI TÉR – KÜLÖNBÖZŐ ÉLETHELYZETŰ SZÜLŐK CSOPORTOS FOGLALKOZÁSA TOVÁBBKÉPZÉSRŐL 25
III./1. A TOVÁBBKÉPZÉS KERETÉBEN FEJLESZTENDŐ KOMPETENCIÁK 25
III./2. A TOVÁBBKÉPZÉS FELÉPÍTÉSE, A FOLYAMAT LOGIKÁJA ÉS VEZÉRFONALA 26
III./3. MÓDSZEREK 26
III./4. A TEMATIKA ÖSSZEFOGLALÓ TÁBLÁZATA 27
III./5. A TOVÁBBKÉPZÉS SORÁN ALKALMAZOTT ÉRTÉKELÉSI (VIZSGA) RENDSZER 28
III./6. A TOVÁBBKÉPZÉS SIKERES TELJESÍTÉSÉRŐL SZÓLÓ IGAZOLÁS KIÁLLÍTÁSÁNAK FELTÉTELEI 28

IV. A TOVÁBBKÉPZÉSI PROGRAM RÉSZLETES BEMUTATÁSA 29
IV./1. ELSŐ NAP, 1. BLOKK (10.00–11.30) 30
IV./2. ELSŐ NAP, 2. BLOKK (11.45–13.15) 31
IV./3. ELSŐ NAP, 3. BLOKK (14.00–15.30) 44
IV./4. ELSŐ NAP, 4. BLOKK (15.45–17.15) 45
IV./5. MÁSODIK NAP, 5. BLOKK (9.00–10.30) 59
IV./6. MÁSODIK NAP, 6. BLOKK (10.45–12.15) 60
IV./7. MÁSODIK NAP, 7. BLOKK (13.00–14.30) 72
IV./8. MÁSODIK NAP, 8. BLOKK (14.45–16.15) 79
IV./9. MÁSODIK NAP, 9. BLOKK (16.30–18.00) 82

IV./10. HARMADIK NAP, 10. BLOKK (9.00–10.30) 87
IV./11. HARMADIK NAP, 11. BLOKK (10.45–12.15) 97
IV./12. HARMADIK NAP, 12. BLOKK (13.00–14.30) 99
IV./13. HARMADIK NAP, 13. BLOKK (14.45–16.15) 100

V. BIBLIOGRÁFIA 101

I. KÖSZÖNTŐ

Kedves Kolléganő! Kedves Kolléga!

Örömmel üdvözöljük a TÁMOP-6.1.4/12/1-2012-0001 Koragyermekkori (0–7 év) program elnevezésű kiemelt projekt területi védőnők, házi gyermekorvosok és vegyes praxisú[1] háziorvosok számára szervezett témaspecifikus, választható továbbképzésén!

A TÁMOP-6.1.4/12/1-2012-0001 Koragyermekkori (0–7 év) program keretében az egészségügyi alapellátás munkájának és a gyermekek fejlődésének hatékony támogatása érdekében a mainál korszerűbb, egységesebb szakmai módszerek, útmutatók, segédletek (pl. az életkorhoz kötött szűrésekhez kérdőív, szülői tájékoztató anyagok stb.) fejlesztése zajlik. Ezekre a fejlesztésekre térítésmentes, akkreditált/minősített továbbképzések épülnek, amelyek a védőnők, házi gyermekorvosok és vegyes praxisú háziorvosok számára nyitnak új továbbképzési lehetőségeket. Ezek között a továbbképzések között kapott helyett a csoportdinamikával foglalkozó képzés. A csoporthoz tartozásra, csoportélményre, a csoportban rejlő erőforrásokra nagy szüksége van a mai szülőknek.

> *„Az ipari forradalom után megjelent a diszlokáció: felbomlottak a hagyományos viszonyok, a nagycsaládok, a nemzetségek, a törzsek és a falvak. A drámai gazdasági és szociális változások széttépték az emberek közötti kötelékeket és a közösségeket. Az emberek kénytelenek voltak elhagyni otthonaikat, és semmivé foszlott az az értékrend, amely az erkölcsi és spirituális univerzumhoz való kötődés biztonságát nyújtotta… A jelenlegi rendkívül töredezett és stresszes társadalomban a szülők gyakran a törzs, a nemzetség, a falu vagy a nagycsalád támogatása nélkül kénytelenek szembenézni a gyermeknevelés nehézségeivel."*
> (Máté Gábor (2013) *A sóvárgás démona*. Libri, Budapest, 371. oldal)

A mai szülő sokszor magára marad. Gyermekkorából kevesebb tapasztalatot szerezhet a gyermeknevelésről, gyermekgondozásról, a kisgyermekkel való együttélésről, hiszen ma már legföljebb két-három gyerek nő föl együtt, nukleáris családokban[2]. Nincsenek testközelben a nagynénik, nagybácsik, és az ő hasonló korú gyermekeik. A nagyszülők is távol vannak, vagy a mai fiatalok számára használhatatlanok a nézeteik, elvárásaik, a szemléletük és sokszor a tudásuk is. A média friss ismereteket közöl, de általában az ideális, zökkenőmentes családi életet mutatja be, vagy tanácsaival azt állítja, hogy a gyermekkel járó problémákra a „ha ezt csinálod, az lesz az eredménye" modell alkalmazható. A szülő ritkán lát más

---

[1] Vegyes praxissal bíró szakember, aki gyermekeket is ellát.

[2] Családmagnak, vagy nukleáris családnak a szülőket, tehát az apát és az anyát, valamint a gyermekeket nevezzük (forrás: Hegedűs, J. (szerk.) (2006.) *A gyakorlati pedagógia néhány alapkérdése 5. kötet Család, gyerek, társadalom* http://hu.scribd.com/doc/37321133/5/Nuklearis-csalad-Bodonyi-Edit-Heged%C5%B1s-Judit, letöltés ideje: 2014. január 23.)

hús-vér családokat, ritkán éli át, hogy mások is azokkal a nehézségekkel kerülnek szembe, mint ő. Ez különösen igaz a speciális élethelyzetbe került[3] családok tagjait tekintve.

A generációk közötti értékrendbeli különbség és a tudományos ismeretterjesztés általánossá válása elhozta azt a helyzetet, melyben a szülő már nem kap készen a hagyomány által szentesített gondozási, nevelési gyakorlatot, neki kell megalkotnia a sajátját, és megtalálnia a kérdéseire a megfelelő válaszokat a lehetőségek tömegéből. Különlegesen nehéz helyzetben van az a szülő, akinek gyermeke, vagy a család más tagja valamilyen betegséggel, speciális igénnyel él, és ezen a nehezített pályán kell megállnia a helyét elegendő érzelmi és szakmai segítség nélkül.

A hagyományos családi viszonyok már nem állíthatóak vissza, az ősi szokások, hiedelmek, útmutatások már a múltba vesztek, vagy nem elégítik ki a korszerű igényeket. Ezek hiányában viszont a családok támasz nélkül maradtak. A hiány igényt szül, egyre-másra alakulnak a különböző önsegítő közösségek, nyílt csoportok a csecsemőgondozás, gyermeknevelés témái mentén. A csoportokat leggyakrabban civilek alakítják, akik különleges élethelyzetükben nem kapnak megfelelő segítséget az ellátórendszertől. Más esetben a segítő szakmai képviselői (pszichológusok, védőnők, gyermekgyógyászok), generálják a csoportokat, akik felismerik az általuk ellátott családok igényeit.

Megfelelő csoportvezetői készségek elsajátítása után a csoportalakítás és -vezetés lehetősége különösen értékes eszközt ad a védőnő vagy a gyermeket ellátó háziorvos kezébe, melylyel egyszerre sok család életét teheti élhetőbbé, sok szülőnek biztosíthat társas támaszt és szakszerű támogatást, sok gyermeknek válhatnak magabiztosabbá és kompetensebbé szülei.

Kívánjuk, hogy a háromnapos továbbképzésünk végére Önökben is megerősödjön az az elhatározás, hogy ezt az módszert használni kívánják a mindennapok során, és bízunk abban, hogy az átadott elméleti tudás, a megtapasztalt saját élmények és a bemutatott csoportvezetési fogások érdemi segítséget tudnak ebben nyújtani!

A továbbképzési programunkhoz intenzív szakmai munkát és jó tanulást kívánok a teljes projektstáb és a tananyag fejlesztőinek a nevében!

Borbás Krisztina
képzési alprojekt szakmai vezető

[3] Jelen tematikában a különböző, a különleges élethelyzet, a speciális élethelyzet leírást minden olyan családra, szülőre értjük, aki a várandósság, gyermeknevelés során bármilyen nehézséggel találkozik, legyen az egészségügyi (pl. átmeneti vagy tartós betegség, fogyatékosság), vagy szociális (kisebbség, hagyományostól eltérő család - egyszülős, mozaik..stb.). Jelen tréning során, a részvételükkel szervezett csoportfoglalkozásokra való felkészüléshez igyekszünk átadni praktikus ismereteket a csoportszervező védőnők és gyermeket ellátó háziorvosok számára.

II. RÖVIDEN A KORAGYERMEKKORI (0–7 ÉV) PROGRAMRÓL

Az európai uniós forrásból megvalósuló TÁMOP-6.1.4/12/1-2012-0001 azonosítószámú, Koragyermekkori (0–7 év) program elnevezésű kiemelt projektet a Gyógyszerészeti és Egészségügyi Minőség- és Szervezetfejlesztési Intézet (GYEMSZI) és az Országos Tisztifőorvosi Hivatal (OTH) által alkotott konzorcium valósítja meg. A két és fél éves projekt 2012. október 1-jén indult és 2015. március 31-én zárul.

A program a 0–7 éves korú gyermekek fejlődésének komplex támogatását és az őket segítő egészségügyi alapellátás színvonalának és hatékonyságának növelését célozza.

A projekt egyik kiemelt célja a gyermekek fejlődését akadályozó rizikó- és védőtényezők beazonosítása. Ezen a téren sajnos ma még sok a hiányosság, a jelenlegi rendszerben nem elég hatékony a fejlődési problémák korai életkorban történő felismerése. Többek között ez az egyik oka annak, hogy a fejlődésben elakadt gyermekek korai intervenciója sok esetben túl későn kezdődik meg. Egy hazai felmérés adatai alapján az iskola első osztályába járó sajátos nevelési igényű gyermekek egyharmada semmilyen intervenciót, fejlesztést nem kapott élete első 6-7 évében. Projektünk ezért a 0–7 éves korosztály optimális fejlődésének komplex támogatását célozza meg, ami a rizikó- és védőfaktorok felmérése mellett magában foglalja a gyermekek fejlődésének nyomon követését, az eltérő fejlődést mutató gyermekek kiszűrését. Ezzel párhuzamosan a projekt az egészségügyi alapellátás szakembereinek hatékonyabb munkavégzését is támogatja. A többféle továbbképzési program szolgálja az alapellátásban dolgozók korszerűbb, egységesebb tudásának megalapozását. A védőnők, házi gyermekorvosok/háziorvosok[4] adatgyűjtése a gyermekekről, illetve a köztük lévő adatáramlás lassú, megbízhatatlan, csak töredéke történik elektronikusan, ezért egy egységes informatikai infrastruktúra épül ki a projekt során.

Az alapellátók képzése és az informatikai fejlesztés mellett a projekt a szülők számára is háttértámogatást nyújt a gyermekeik fejlődésének kibontakoztatásához és a felmerülő tipikus nevelési problémák megoldásához.

II/1 FŐBB FELADATOK, TEVÉKENYSÉGEK A PROGRAMBAN

II/1.1 Módszertani fejlesztések

A módszertani fejlesztések során szakmai anyagok, koncepciók, útmutatók kidolgozása történik. Néhány, a legfontosabb fejlesztések közül:

---

[4] Jelen dokumentumban a házi gyermekorvosok/háziorvosok kifejezésben a háziorvos alatt a gyermeket is ellátó, vegyes praxisban dolgozó háziorvosokat értjük.

SZÜLŐI KÉRDŐÍV ÉS GYERMEK-ALAPELLÁTÁSI ÚTMUTATÓ

A gyermekeknek a fejlődési elmaradása, zavara, netalán fogyatékossága sokszor rejtve marad a közoktatási, illetve a szociális rendszer előtt, és az iskolai teljesítményzavarok megjelenésekor válik nyilvánvalóvá, diagnosztizálhatóvá. Ehhez a folyamathoz nagyban hozzájárul a szülők tájékozatlansága, a megfelelő ismeretanyagok hiánya is. A projektben kifejlesztett, szülői megfigyelésen alapuló kérdőív (röviden szülői kérdőív), valamint az ehhez kapcsolódó szülőknek szóló tájékoztató, edukációs anyagok célja, hogy a gyermekek életkor szerinti vizsgálatai szülői megfigyelésen alapuljanak, illetve bővítsék a szülők gyermekeik fejlődésével kapcsolatos ismereteit. Ezzel párhuzamosan a *Gyermek-alapellátási útmutató a 0–7 éves korú gyermekek szűrési vizsgálatainak elvégzéséhez* című segédanyag segíti a védőnők, házi gyermekorvosok/háziorvosok munkáját a kérdőív minél hatékonyabb alkalmazása érdekében. A szülői kérdőív révén a szülők tapasztalatai is bekerülnek az ellátórendszerbe, elősegítve ezzel azt a törekvést, hogy még korábban felfedezhetőek legyenek azok a problémák, amelyeket korai kezeléssel korrigálni lehet. A szülői ismeretek átadásával tudatosítjuk az első évek fontosságát és az ezzel kapcsolatos szülői szerepben rejlő lehetőségeket és felelősséget.

A gyermekek fejlődését – a szülők véleménye alapján – vizsgáló kérdőívet szakértők állították össze. A kérdéssor 15 életkorban vizsgálja a 0–7 éves gyermekek pszichomotoros fejlődését. A kérdőív tesztelése egy pilot program keretében 1650 gyermek (és szüleik) és a pilotra speciálisan felkészített védőnők, illetve házi gyermekorvosok/háziorvosok bevonásával történt. A pilotban részt vevő gyermekek, családok területi, populációs és gazdasági-szociális körülményei is a vizsgálat tárgyát képezték, valamint a pilot kiterjedt a nyelvi értelmezhetőségre is.

Jelenleg a korai életszakaszban kiszűrt, eltérő fejlődést mutató gyermekek aránya 5% alatt van. A szülői kérdőív segítségével a pilot végén ez az arány 7,33%-ot mutatott. Hosszú távon azonban nem is ez a néhány százalékos növekedés a legfontosabb, hanem hogy hamarabb, a korai intervenció hatékonysága szempontjából kedvezőbb életkorban történhet meg a felismerés, az intervencióra szoruló gyermek kiszűrése. A projekt támogatja azt a törekvést, hogy a nagyobb arányban és főként korábban kiszűrt gyermekek optimális ellátása érdekében célszerű – jelen projektre épülően – a korai intervencióért felelős intézményrendszer korszerűsítése, kapacitásának bővítése is, illetve a rászoruló gyermekek eljuttatása a megfelelő fejlesztő szakemberekhez.

A pilot programban részt vevő házi gyermekorvosok/háziorvosok és védőnők visszajelzései alapján a kérdőívet valamennyi szülő kellően részletesnek és érthetőnek találta (néhány esetben kellett csak védőnői segítség a kitöltéshez), illetve segített nekik megismerni a saját gyermekük fejlődési szintjét. A kapcsolódó tájékoztatókat informatívnak, egyértelműnek találták, sokszor hiányt pótló kiadványként írták le.

Az eredmények alapján dolgoztuk ki azt a megújuló szűrési metodikát, amelyet a projekt keretében megvalósuló továbbképzések során átadunk a védőnőknek, házi gyermekorvosoknak/háziorvosoknak.

ŐRZŐK – EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÓK GYAKORLATKÖZPONTÚ KÉZIKÖNYVE

Az *Őrzők – egészségügyi alapellátók gyakorlatközpontú kézikönyve* elkészítésének hosszú távú célja, hogy a területi védőnők, a házi gyermekorvosok/háziorvosok megfelelő támogatást tudjanak nyújtani a szülőknek gyermekük fejlődésének követéséhez, valamint a bevezetésre kerülő új szűrőteszt konzultáció során hatékony, egyre inkább a személyközpontú megközelítésen alapuló kommunikációt tudják kialakítani a családokkal a korábbi, egyoldalú közlésen, elvárásokon alapuló szemlélet helyett. Ennek elősegítése érdekében került sor a tanácsadási kézikönyv elkészítésére, amely a projektben szervezett továbbképzések alapanyagául szolgál majd, s amely kompetenciák figyelembevételével differenciálja a tudásanyagot.

A kézikönyv első fejezete a szűrőtesztre felkészítés, azzal kapcsolatos kommunikáció módszertana, amely a védőnő és a gyermeket ellátó orvos napi tevékenysége során hasznos ismeretekkel szolgáló, könnyen áttekinthető szakmai anyag.

A védőnőnek, házi gyermekorvosoknak/háziorvosoknak, mint a családot legjobban ismerő szakembereknek fontos, hogy egységes, szakmailag releváns, korszerű szakmai ismeretei legyenek a családokban manapság előforduló jellegzetes viselkedési és nevelési problémákról. Különösen a védőnők esetében fontos ez, hiszen a családgondozói munkájuk megkívánja, hogy a legalapvetőbb családdinamikai fogalmakkal tisztában legyenek, ezeket az ismereteket jól tudják alkalmazni, és az észlelt problémát idejében felismerni és beazonosítani. Képesek legyenek a szülők számára is ezek fontosságát közvetíteni, a tudatosításban és a belátásában segítséget nyújtani, valamint, ha a kívánt változás nem jön létre, tudják a szülőket a megfelelő szakemberekhez irányítani, és e segítség igénybevételét motiválni. A házi gyermekorvosnak/háziorvosnak is szüksége van hasonló ismeretekre, természetesen az eltérő kompetenciák, feladatok miatt differenciált megközelítésben. Az ehhez szükséges módszertani útmutató a kézikönyv 2. fejezetében található.

A szakemberek számára kétféle megközelítésben nyújt segítséget az útmutató: egyrészt tartalmazza azokat a nevelési, szülői (felnőtt környezeti) viselkedéseket, élethelyzeteket, melyek nagymértékben befolyásolják a gyermek egészséges személyiségfejlődését, másrészt meghatározza azokat a problémás viselkedéseket, amelyeket a gyermek „válaszaként", reakciójaként érzékelhetünk a nevelési problémákra, és amelyeket a szakember tapasztal a gyermekkel való találkozáskor, vagy a szülő panasza alapján tud beazonosítani.

A kézikönyvet 7000 nyomtatott példányban jelentetjük meg, és eljuttatjuk a védőnőknek és a gyermekeket ellátó háziorvosoknak.

IRÁNYELVEK

Alapvető cél, hogy a 0–7 éves korú gyermekek ellátási folyamatában egységes szakmai szabályok érvényesüljenek, ennek érdekében a tudomány mindenkori állását tükröző és bizonyítékokon alapuló szakmai irányelvek készüljenek, melyek felhasználják a tapasztalati bizonyítékokat és az ellátási környezetben megfelelően alkalmazhatók.

A projektben az új szakmai irányelvek témakörei:

1. A 0–7 éves korú gyermekek nyilvántartásáról az alapellátásban.
2. Az újszülött és a gyermekágyas anya területen történő első ellátása során az egészségügyi alapellátás feladatairól.
3. Az egészséges újszülött és csecsemő gondozása az egészségügyi alapellátásban.
4. Az egészséges csecsemő (0–12 hónap) táplálásáról.
5. Az 1–3 éves kor közötti egészséges kisgyermekek táplálásáról.
6. A gyermekek testi fejlődésének, növekedésének és tápláltsági állapotának értékeléséről.
7. A 0–18 éves korú gyermekek teljes körű, életkorhoz kötött hallásszűréséről.
8. A 0–18 korú gyermekek látásfejlődésének követéséről, a kancsalság és a fénytörési hibák felismeréséről.

EGYÜTTMŰKÖDÉS – KOMPETENCIÁK

Az egészségmegőrzéssel, a nők és gyermekek gondozásával és a fejlődéssel kapcsolatos információk sokaságában nehéz eligazodni, ugyanakkor a családoknak hiteles forrásból származó tanácsadásra és segítségre van szükségük. Miközben az ellátásban és az ellátás szabályozásában sok a párhuzamosság, mégsem állapítható meg egyértelműen bizonyos feladatok ellátásában a felelősség. Ugyanez mondható el az egészségügyi alapellátás, a köznevelés, a családsegítés, gyermekvédelem együttműködéséről is. Ezért a projekt egyik fontos törekvése az egészségügyi alapellátás preventív ellátási feladatainak, a szakemberek együttműködésének és feladatmegosztásának áttekintése, a szakmai kompetenciáiknak megfelelő célszerű munkamegosztás, együttműködés és információcsere meghatározása. A védőnői ellátást segítendő, az utóbbi években számos protokoll és iránymutatás született, a házi gyermekorvosok/háziorvosok számára viszont nem állnak rendelkezésre hasonló, a prevenciót segítő irányelvek, és ezek hiányában a feladatok összehangolása – amelyre pedig nagy az igény – nehéz. A projekt a prevenció szintjeinek megfelelően tagolta a szükséges ellátásokat, és javaslatokat dolgozott ki a házi gyermekorvos/háziorvos és területi védőnő, valamint a napközbeni ellátás gyermekintézményeiben ellátást végző bölcsődeorvos, óvodaorvos és védőnő közötti feladatmegosztásra.

Kompetenciavizsgálattal kapcsolatos új dokumentumok:

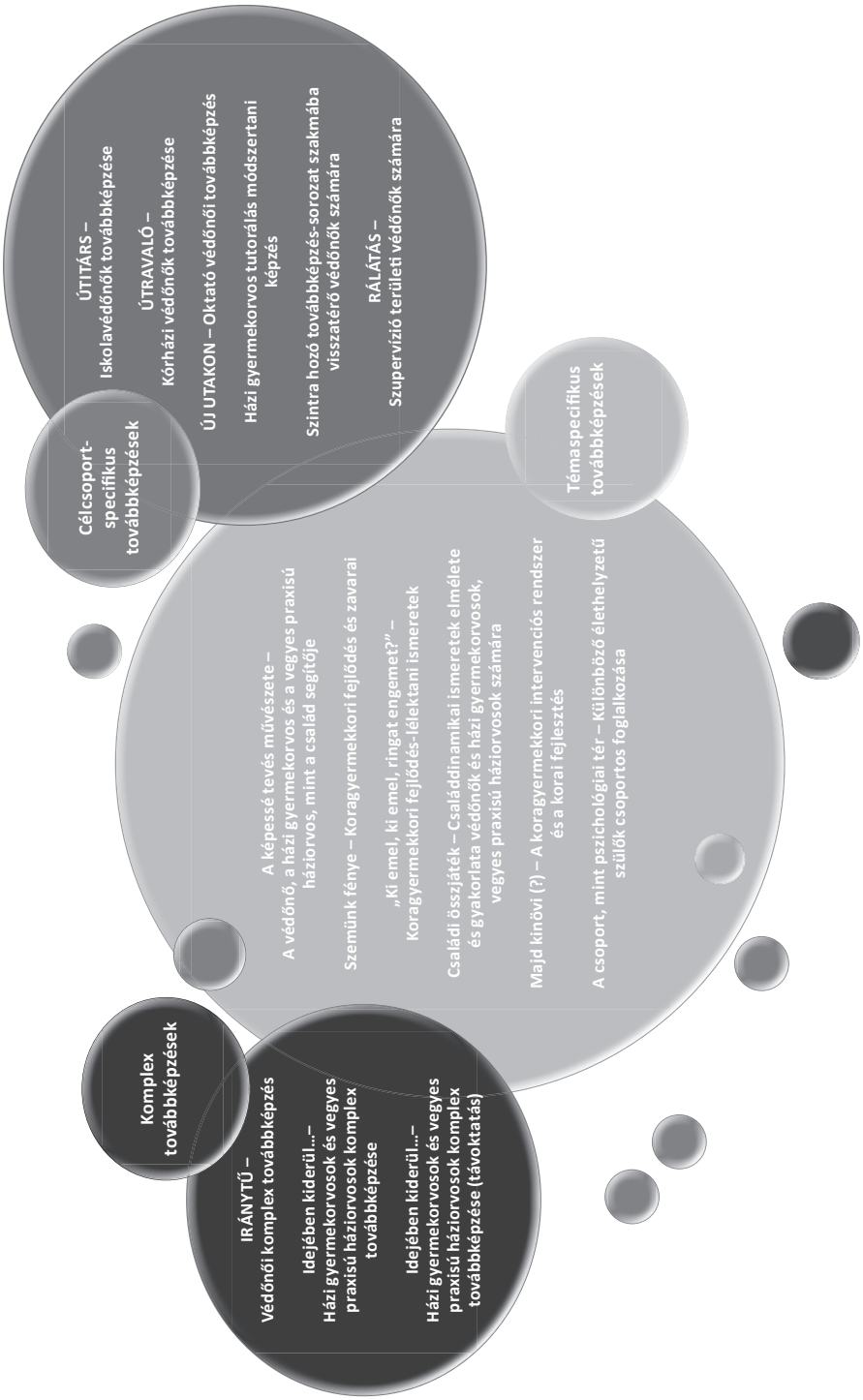
1. „Ellátási szükségletek a prekoncepcionális életkortól az iskoláskorig. Célszerű és hatékony feladatmegosztás a gyermek-egészségügyi alapellátásban."
2. „Egészségügyi ellátási szükséglet a napközbeni ellátás intézményeiben, valamint az óvodai nevelés során, különös tekintettel a hátrányos helyzetű gyermekekre. Orvos és védőnő feladatai."
3. „A gyermekjóléti alapellátást és szakellátást biztosító intézmények és a gyermek egészségügyi alapellátás kapcsolata."
4. „Jogi és szakmai szabályozást, fejlesztést igénylő javaslatok."

II./1.2 KÉPZÉSFEJLESZTÉS ÉS TOVÁBBKÉPZÉSEK SZERVEZÉSE

A projektben kidolgozott szakmai, módszertani elemek számos újítást vezetnek be a gyermek-alapellátásban dolgozó szakemberek mindennapi munkájában, ezért a projekt során a szakmai újítások tananyaggá fejlesztése, majd ezek ingyenes, pontszerző továbbképzések formájában történő oktatása is megtörténik a védőnők, házi gyermekorvosok/háziorvosok részére.

A projekt által kínált összes továbbképzési programot figyelembe véve, kb. 6000 fő továbbképzése, fejlesztése zajlik a projektidőszak alatt. A projekt keretein belül minden továbbképzés ingyenesen vehető igénybe, a szakemberek széles kínálatból választhatják ki azt, vagy azokat a programokat, amely(ek) iránt leginkább érdeklődnek.

Az alábbiakban bemutatjuk a védőnőknek, házi gyermekorvosoknak/háziorvosoknak szóló továbbképzések fajtáit.


Komplex
továbbképzések
IRÁNYTŰ –
Védőnői komplex továbbképzés
Idejében kiderül… –
Házi gyermekorvosok és vegyes praxisú háziorvosok komplex továbbképzése
Idejében kiderül… –
Házi gyermekorvosok és vegyes praxisú háziorvosok komplex továbbképzése (távoktatás)
A képessé tevés művészete –
A védőnő, a házi gyermekorvos és a vegyes praxisú háziorvos, mint a család segítője
Szemünk fénye – Koragyermekkori fejlődés és zavarai
„Ki emel, ki emel, ringat engemet?” –
Koragyermekkori fejlődés-lélektani ismeretek
Családi összjáték – Családdinamikai ismeretek elmélete és gyakorlata védőnők és házi gyermekorvosok, vegyes praxisú háziorvosok számára
Majd kinövi (?) – A koragyermekkori intervenciós rendszer és a korai fejlesztés
A csoport, mint pszichológiai tér – Különböző élethelyzetű szülők csoportos foglalkozása
Célcsoport-specifikus továbbképzések
ÚTITÁRS –
Iskolavédőnők továbbképzése
ÚTRAVALÓ –
Kórházi védőnők továbbképzése
ÚJ UTAKON – Oktató védőnői továbbképzés
Házi gyermekorvos tutorálás módszertani képzés
Szintra hozó továbbképzés-sorozat szakmába visszatérő védőnők számára
RÁLÁTÁS –
Szupervízió területi védőnők számára
Témaspecifikus továbbképzések

KOMPLEX TOVÁBBKÉPZÉSEK

IRÁNYTŰ – VÉDŐNŐI KOMPLEX TOVÁBBKÉPZÉS

A védőnői komplex továbbképzés célja, hogy a területen dolgozó védőnők megismerkedjenek a Koragyermekkori (0–7 év) program módszertani fejlesztéseivel: a Szülői megfigyelésen alapuló kérdőív használatával, a *Gyermek-alapellátási útmutatóval*, ezáltal a koragyermekkori pszichomotoros fejlődés és az abban észlelt zavarok tekintetében rendszerszemléletre alapozott ismeretekre tegyenek szert. Cél, hogy a védőnők ismerjék a „gyermekutakat", képesek legyenek a fejlesztő szakemberekkel történő teammunkára a hatékony gondozás kialakítása érdekében, és hogy megismerjék a védőnői tevékenységre vonatkozó új szakmai szabályokat, irányelveket, melyek változást vagy új gyakorlatot eredményeznek a területi védőnők mindennapi munkájában.

Tervezetten 3000 területi védőnő vesz részt a továbbképzésen, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási anyagokat és az oktatókat egyaránt. Az akkreditált (minősített) továbbképzést kiscsoportokban (7–20 fő), a területi védőnőkhöz lehetőség szerint a legközelebbi helyszíneken, azaz járási központi városokban és megyeszékhelyeken szervezzük. Az elsősorban elméleti jellegű továbbképzés 1+2+2 napos bentlakásos, kontaktórás blokkokban zajlik, melynek sikeres teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjtenek.

IDEJÉBEN KIDERÜL… – HÁZI GYERMEKORVOSOK ÉS VEGYES PRAXISÚ HÁZIORVOSOK KOMPLEX TOVÁBBKÉPZÉSE

A házi gyermekorvosok/háziorvosok komplex továbbképzése tematikájában azok a módszertani fejlesztések, szakmai ismeretek, metodikák jelennek meg, amelyek új irányelv, útmutató vagy módosított jogszabály stb. révén változtatást vagy új gyakorlatot eredményeznek a házi gyermekorvosok/háziorvosok munkájában Ilyen például a *Gyermek-alapellátási útmutató a 0–7 éves korú gyermekek szűrési vizsgálatainak elvégzéséhez,* vagy a gyermeki fejlődést befolyásoló (rizikó) tényezők objektív értékelésére szolgáló kérdőív.

Tervezetten 1200 házi gyermekorvos/háziorvos vesz részt a továbbképzésen, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási anyagokat és az oktatókat egyaránt.

A házi gyermekorvosok/háziorvosok komplex továbbképzése kétféle képzési forma szerint kerül megrendezésre: kontaktnap, illetve távoktatás formájában.

- Kontaktnap esetén az akkreditált (minősített) továbbképzést kiscsoportokban (7–20 fő) a házi gyermekorvosokhoz/háziorvosokhoz lehetőség szerint a legközelebbi helyszíneken, azaz járási központi városokban és megyeszékhelyeken szervezzük. Az elsősorban elméleti jellegű továbbképzés 1+2 napos bentlakásos, jelenléti képzés keretében zajlik.

- Távoktatás formájában az akkreditált (minősített) továbbképzés a projekt által kifejlesztett e-learning felületen teljesíthető.

Mindkét továbbképzés típus sikeres teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjtenek.

TÉMASPECIFIKUS TOVÁBBKÉPZÉSEK

A témaspecifikus továbbképzések egy-egy témára mélyebben és gyakorlatorientáltabban fokuszálnak, mint a komplex továbbképzések.

Tervezetten 975 területi védőnő, illetve házi gyermekorvos/háziorvos vesz részt a továbbképzéseken, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási anyagokat és az oktatókat egyaránt.

Az akkreditált (minősített) továbbképzéseket kiscsoportokban (7–20 fő) a területi védőnőkhöz, illetve a házi gyermekorvosokhoz/háziorvosokhoz lehetőség szerint a legközelebbi helyszíneken, azaz járási központi városokban és megyeszékhelyeken szervezzük. Az elsősorban interaktív, gyakorlati jellegű továbbképzés 3 napos bentlakásos, kontaktórás formában zajlik. A továbbképzés sikeres teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjthetnek.

Az alábbi hat témaspecifikus tréning jellegű továbbképzésre várjuk a résztvevőket:

1. *A képessé tevés művészete – A védőnő, a házi gyermekorvos és a vegyes praxisú háziorvos, mint a családok segítője*
   A továbbképzés elvégzése után a résztvevők képesek lesznek értelmezni a hétköznapi elvárásokból kiindulva nehezen vagy egyáltalán nem érthető kommunikációs helyzeteket és erre a megértésre építve képessé válnak tudatosan, irányítottan alkalmazni mind a hétköznapi, mind a speciális kommunikációs technikákat. A továbbképzés egyfajta hétköznapi pszichológiai szemléletből indul ki, ami a megszokottól eltérő helyzetek, emberi megnyilvánulások „mögé néző" értelmezésére épít, vagyis a tréning íve a korábban rendelkezésre álló tudás alapján nem érthető dinamikák megértésére alapoz.

2. *Szemünk fénye – Koragyermekkori fejlődés és zavarai*
   A tréning jellegű továbbképzésen mozgásos, játékos gyakorlatok során multiszenzoros támogatással átélt saját élmények értelmező feldolgozásán keresztül sajátíthatják el a résztvevők a szükséges ismereteket és készségeket a vonatkozó témákkal kapcsolatban, melyek a következők: Koragyermekkori fejlődés – mozgásoktól elkezdve a pszichoszociális fejlődésig, Koragyermekkori diagnosztika, Koragyermekkori intervenciós lehetőségek. A tréning jellegnek köszönhetően az aktív részvétel garancia a későbbi lehető leghatékonyabb önálló hasznosításra, valamint a legmodernebb hazai és nemzetközi megközelítések, módszerek aktív feldolgozása elősegíti, hogy a megismert információk, kipróbált

technikák valóban készség szinten ivódjanak be a személyiségbe és valóban hatékonyan, „kézzel foghatóan" járuljanak hozzá a mindennapi szakmai munka sikeréhez.

3. *„Ki emel, ki emel, ringat engemet?" – Koragyermekkori fejlődés-lélektani ismeretek*
   A továbbképzés célja a résztvevők fejlődés-lélektani ismereteinek bővítése, kompetenciáinak fejlesztése az édesanyák és a csecsemők, kisgyermekek kapcsolati problémáinak prevenciójára, illetve észlelésére és jótékony befolyásolására. A továbbképzés gyakorlatorientált módon áttekinti a fejlődéslélektan modern irányait, mely során a szakemberek a koragyermekkorral foglalkozó modern fejlődéslélektan fő irányzatait ismerik meg, ezekkel kapcsolatban élményeket szereznek, valamint érzékenyekké válnak a megszerzett tudástartalmak és a mindennapos szakmagyakorlás összefüggéseire.

4. *Családi összjáték – Családdinamikai ismeretek elmélete és gyakorlata védőnők, házi gyermekorvosok és vegyes praxisú háziorvosok számára*
   A továbbképzés általános célja olyan ismeretek átadása a család működésével, a tünetek és családi diszfunkciók összefüggésével kapcsolatban, melyeket a továbbképzésben részt vevők mindennapi munkájukban használni tudnak, valamint célja a továbbképzésben részt vevők érzékenyítése, készségeinek fejlesztése, szemléleti keret megalapozása önismereti elemekkel. A továbbképzés formája interaktív, tapasztalati tanulás módszertanán alapuló csoportmunka, melynek kulcsfogalma a változás. A rendszerelvű családterápiás szemlélet elsajátítása az egészségügyi szakemberek segítségére lehet abban, hogy jobban megérthessék betegeik, gondozottjaik lelki folyamatait, családi kapcsolatait, beleértve azt is, milyen kapcsolatban vannak egymással. Ezen ismeretek és készségek birtokában a szükséges beavatkozásokat könnyebben tudják megtervezni vagy a megfelelő társszakembereket bevonni.

5. *Majd kinövi (?) – A koragyermekkori intervenciós rendszer és a korai fejlesztés*
   A továbbképzés célja, hogy a szakemberekkel megismertesse a 0–7 éves korú, speciális támogatást igénylő gyermekek és családjaik ellátásában részt vevő koragyermekkori intervenciós rendszer működését, hogy széles körű információt nyerjenek a különböző ágazati irányítás alá tartozó ellátók, szolgáltatók tevékenységeiről, a különböző szakterületeken működő szakemberek feladatairól, kompetenciáiról, együttműködési lehetőségeiről. A szakemberek képet kapnak az ellátásokhoz való hozzájutást akadályozó tényezőkről, a hozzáférési egyenlőtlenségekről, az érintett gyermekek és családok jellemzőiről. Az ellátások, szolgáltatások széles választékának bemutatása, valamint a legismertebb terápiákról, fejlesztési eljárásokról való tájékoztatás hozzájárul ahhoz, hogy az egészségügyi alapellátásban dolgozók a minél korábban megtörténő, megfelelő ellátáshoz való hozzájutásban jobban tudják támogatni a családokat. A szülősegítő szolgáltatásokról, a szociális juttatások rendszeréről nyert információkat a saját gyakorlatukban adaptív módon tudják majd érvényesíteni. Megismerkednek az egészségügyi, szociális, oktatási intézményrendszereken belüli és az intézményrendszerek közötti továbbjutási útvonalakkal, jelzési lehetőségekkel, és egy lehetséges gyermekút modellel, amely a jövőbeni

szolgáltatórendszer alapját képezheti majd. Ez remélhetőleg segíteni fogja az alapellátásban dolgozókat abban, hogy a különböző területeken dolgozó szakemberekkel jól működő kapcsolatokat építsenek ki, és szorosabban együttműködjenek a gyerekek és családjaik hatékonyabb ellátása érdekében.

6. *A csoport, mint pszichológiai tér – Különböző élethelyzetű szülők csoportos foglalkozása*
A továbbképzés felkészíti a résztvevőket arra, hogy különleges élethelyzetben élő szülők számára támogató csoportokat alapítsanak, vezessenek és tartsanak fenn.
A továbbképzés során a résztvevők megismerkedhetnek a csoportvezetés alapvető ismereteivel, a csoport kommunikációs igényeivel, a találkozók során felmerülő problémák megoldási lehetőségeivel, a csoportszervezés alapjaival. A tréning elméleti ismereteket, gyakorlati képzést és saját tapasztalatok szerzését biztosítja a továbbképzésben részt vevők számára, mely a felkészíti őket arra, hogy különleges élethelyzetben élő szülők számára támogató csoportokat alapítsanak, vezessenek és tartsanak fenn.
A szülőcsoportokban rejlő lehetőségek ma még kiaknázatlanok; számtalan család küzd különleges problémákkal, de nehezen találnak egymásra, nehezen találnak olyan bázisra, amely kielégítő információkkal, lelki támasszal és gyakorlati segítséggel látná el őket. A szülőcsoport megfelelő megoldás számukra. Ha felkészült szakmai vezető jelenlétében rendszeresen találkozhatnak sorstársaikkal, védett, bizalmi környezetben, új információkra, elfogadásra és támogatásra számíthatnak, könnyebben küzdhetnek meg különleges élethelyzetük nehézségeivel. Legyen akár szoptató anyákból álló csoport, várandósok csoportja, sérült gyermeket nevelő szülők csoportja, cukorbeteg gyereket nevelő szülők csoportja, a rendszeres összejövetelekkel biztos segítséget nyernek.

CÉLCSOPORT-SPECIFIKUS TOVÁBBKÉPZÉSEK

ÚJ UTAKON – OKTATÓ VÉDŐNŐI TOVÁBBKÉPZÉS

A projekt célja a védőnői alapképzésben közreműködő területi/iskolai gyakorlatvezető oktató védőnők számára oktatásmódszertanra specifikált továbbképzés szervezése, valamint a továbbképzést sikeresen elvégzettekből egy közös, a képzőintézmények számára is elérhető névjegyzék létrehozása.

A képzési program hiánypótló, hiszen eddig nem volt még olyan kizárólag oktató, gyakorlatvezető védőnők számára fejlesztett intenzív továbbképzés, mely nem a védőnői, egészségügyi ismeretek megerősítésére, hanem kimondottan a pedagógiai, a mentorálási, a hallgatók kísérésére irányuló feladatokra, illetve a pályaorientációjuk hatékony támogatására és az ezekkel összefüggő kompetenciákra fokuszált volna. A program az oktatásban közreműködő védőnőknek segít átgondolni a gyakorlat folyamatát és felépítését, a hallgató tanulását támogató módszereket, a mentorálási jellegű munka nehézségeit és örömeit, továbbá jól alkalmazható ötleteket ad például egy értékelési vagy kommunikációs helyzetben is.

Tervezetten 250–300 gyakorlatvezető oktató védőnő vesz részt a továbbképzésen, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási anyagokat és az oktatókat is. A továbbképzések vezetését trénerpárok látják el, ahol a pár egyik tagja felsőoktatásban, védőnői módszertanban jártas szakember, a másik pedig tréningvezetési tapasztalattal rendelkező szakember.

Az akkreditált (minősített) továbbképzést kiscsoportokban (7–20 fő), megyeszékhelyeken szervezzük. A blended learning típusú továbbképzés 3 napos bentlakásos, kontaktórás és e-learning blokkokat egyaránt tartalmaz. A továbbképzés sikeres teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjtenek és lehetőségük lesz a névjegyzékbe bejelentkezni.

HÁZI GYERMEKORVOS TUTORÁLÁS MÓDSZERTANI KÉPZÉS – TOVÁBBKÉPZÉS OKTATÓ HÁZI GYERMEKORVOSOK (TUTOROK) SZÁMÁRA

A továbbképzés célja a területen működő gyakorló házi gyermekorvos tutorok felkészítése a család- és gyermekgyógyászati, illetve háziorvostani szakorvosképzéshez kapcsolódó külső szakmai gyakorlatok vezetésére. A „mit" oktassunk kérdése mellett fontos a „hogyan" oktassunk kérdése is, mindezért a kizárólag tutorok számára fejlesztett intenzív továbbképzés elsősorban nem az orvosi, egészségügyi ismeretek megerősítésére, hanem kimondottan a pedagógiai, a mentorálási, a szakorvosjelöltek oktatásának módszertani elemeinek támogatására irányul. A távlati cél a továbbképzést sikeresen elvégzettekből álló házi gyermekorvosi tutor rendszer kialakítása jól működő praxisokból, illetve jól képzett oktató házi gyermekorvosokból áll, akik nemcsak a szakmájukban, hanem a jövő orvos generációjának oktatásában is korszerű ismeretekkel, módszerekkel rendelkeznek.

Tervezetten 60 tutor vesz részt a továbbképzésen, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási anyagokat és az oktatókat is. Az akkreditált (minősített) továbbképzést kiscsoportokban (7–20 fő), tervezetten az orvosi egyetemek városaiban

szervezzük. A blended learning típusú továbbképzés 3 napos bentlakásos, kontaktórás és e-learning blokkokat egyaránt tartalmaz. A továbbképzés sikeres teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjtenek.

SZUPERVÍZIÓ PILOT TERÜLETI VÉDŐNŐK SZÁMÁRA

A szupervízió a munkahelyi kontextusban felmerülő kommunikációs és együttműködési problémákra reflektáló, a résztvevő (szupervizált) saját tapasztalataiból kiinduló és odaviszsza csatoló tanulási folyamat, mely abban segít, hogy a megszokottól eltérő módon, más nézőpontból lássunk rá a munkahelyi elakadásokra. A szupervízió célja a hivatásszemélyiség gondozása, azaz a szakmai működéshez szükséges kompetenciák, viselkedési formák átgondolása, megértése. A szakmai személyiség „karbantartását" és fejlesztését célzó szupervízió a projektben csak a területi védőnők számára érhető el továbbképzés formájában. A szuper- víziós folyamat teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjtenek.

2013 szeptemberében 40 csoportban 334 területi védőnő kezdte meg a szupervíziós folyamatot a projekt keretein belül. A csoportok közül 17 indult leghátrányosabb helyzetű térségben. A programra jelentkezők száma messze felülmúlta az előzetes várakozást. Határidőn belül 626 egyéni védőnői jelentkezés, illetve ezzel párhuzamosan 93 csoport regisztrációja érkezett be. Ez a projekt lehetőségeihez képest kb. 100%-os túljelentkezést jelentett. A szupervíziós folyamat iránti nagyfokú érdeklődés miatt keressük további csoportok indításának lehetőségét.

BETÖLTETLEN SZOLGÁLATOK PILOT TERÜLETI VÉDŐNŐK SZÁMÁRA

A védőnői szolgálat hozzávetőleg 260 betöltetlen üres állást tart nyilván, ennek közel fele olyan szolgálat, amit már több mint egy éve helyettesítéssel látnak el. A pilot célja a betöltetlen helyekre a védőnői képesítéssel rendelkező, pályaelhagyó, tartósan távol lévő védőnők visszailleszkedésének segítése.

Tervezetten 50 pályaelhagyó, illetve tartósan távol lévő védőnő vesz részt a továbbképzésen, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási segédanyagokat és az oktatókat is. A szintre hozó, gyakorlati képzési program egy akkreditált továbbképzési csomag, mely három kétnapos, egymásra épülő továbbképzést, illetve egy ösztönző programot tartalmaz. Az ösztönző program keretében a projekt a képzést sikeresen elvégzetteknek segítséget nyújt a védőnői szakmában történő elhelyezkedéshez.

ÚTRAVALÓ – KÓRHÁZI VÉDŐNŐK TOVÁBBKÉPZÉSE

A továbbképzés célja, hogy támogassa és hosszú távon is segítse megőrizni a kórházi védőnők empátiás készségét. A szakmai identitás megszilárdítását segítő modulok lehetővé teszik az összetartozás és kölcsönös támogatás élményének megtapasztalását, ami hozzájárul a segítő szakmában gyakran fenyegető kiégés veszélyének csökkentéséhez. A továbbképzés további célja a kórházon belüli és kívüli eredményorientált együttműködés, a kompetenciahatárok

tisztázásának és tiszteletben tartásának elősegítése, valamint a hatékony kommunikáció fejlesztése. További részcélok: egyéni (gyermekágyi depresszió) és családi krízishelyzetek (sérült, veleszületett rendellenességgel született csecsemő) megelőzésére, korai észlelésére és megoldási módokra vonatkozó ismeretek, készségek átadása; a laktáció kérdését érintő korszerű ismeretek átadása; valamint hogy a kórházi védőnők ismerjék meg az örökbefogadás hazai rendszerét, így az örökbeadás eljárási rendjét, formáit, és képesek legyenek az ehhez kapcsolódó kórházi védőnői feladatok meghatározására és ellátására.

Tervezetten 30 kórházi védőnő vesz részt a továbbképzésen, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási segédanyagokat és az oktatókat is. Az akkreditált (minősített) továbbképzés kiscsoportokban (7–20 fő) Budapesten kerül megrendezésre. Az elsősorban gyakorlati jellegű továbbképzés 3 napos bentlakásos, blended learning típusú, tehát tartalmaz e-learning és kontaktnapos blokkokat egyaránt. A továbbképzés sikeres teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjtenek.

ÚTITÁRS – ISKOLAVÉDŐNŐK TOVÁBBKÉPZÉSE

Az iskolavédőnők továbbképzésének célja az iskolavédőnők felkészítése az összetett szemléletű iskolai egészségfejlesztésre, egészségnevelő programok, projektek tervezésére és szervezésére, az iskola-egészségügyi ellátással kapcsolatos korszerű ismeretek átadása, valamint a jogszabályok által előírt, önálló védőnői kompetenciakörbe tartozó vizsgálatok elsajátítása, különös tekintettel a pajzsmirigy- és az ortopédiai szűrővizsgálatokra. A továbbképzés olyan ismereteket kíván átadni és olyan készségeket kíván fejleszteni, melyekkel az iskolavédőnő képessé válik az egyéni és családi krízishelyzetek felismerésére, a kialakuló krízis korai észlelésére és a kivezető út megmutatására. A továbbképzésen az iskolavédőnő megismeri a segítő beszélgetések módszertanát, és képessé válik annak használatára, hogy a különböző életesemények során adekvát segítője lehessen a gyermeknek és családjának.

Tervezetten 300 iskolavédőnő vesz részt a továbbképzésen, amely térítésmentes, tehát a projekt biztosítja a szállást, az ellátást, az oktatási anyagokat és az oktatókat is. Az akkreditált (minősített) továbbképzést kiscsoportokban (7–20 fő) az iskolavédőnőkhöz lehetőség szerint a legközelebbi helyszíneken, azaz megyeszékhelyeken szervezzük. Az elsősorban gyakorlati jellegű továbbképzés 3 napos bentlakásos, blended learning típusú, tehát tartalmaz e-learning és kontaktnapos blokkokat egyaránt. A továbbképzés sikeres teljesítésével a résztvevők továbbképzési pontokat gyűjtenek.

TOVÁBBI FEJLESZTÉSEK A VÉDŐNŐKÉPZÉSBEN ÉS A SZAKORVOSKÉPZÉSBEN

A védőnőképzésre irányuló projekttevékenységben a fő partnerek a védőnőképzést folytató felsőoktatási intézmények, illetve a szakorvosképzésre irányuló tevékenységben a gyermekklinikák és a családorvosi tanszékek.

A tevékenység egyik kiemelt célja, hogy a projekt fejlesztései, főbb tartalmi elemei – új módszertani irányelvek, szűréssel kapcsolatos szülői kérdőívek és tájékoztató anyagok, rizikókérdőív, gondozási terv stb. – elérhetővé váljanak a képzőhelyek számára és bekerüljenek a

graduális képzésbe a védőnők esetében, illetve a szakorvosképzésbe a házi gyermekorvosok/háziorvosok esetében, miközben a fenti továbbképzések formájában a jelenleg területen dolgozó szakemberek megismerik ezeket.

A projekt során negyedévenkénti műhelysorozatot szervezünk a képzőhelyek delegált oktatói, szakemberei részvételével. Cél, hogy az intézmények oktatói számára szervezett keretek között lehetőséget teremtsünk a graduális képzésről való együttgondolkodásra, a harmonizációs lépésekre, valamint további együttműködések kezdeményezésére.

II/1.3 INFORMATIKAI FEJLESZTÉS

Az informatikai fejlesztés lényege az elektronikus kapcsolatteremtés kialakítása az ellátórendszer szakmai feladat-végrehajtásában részt vevő tagjai között. Cél a hatékonyabb információáramlás az alapellátás szereplői között, hogy azok a releváns adatok, amelyeket az egyik ellátó gyűjt, de a másik ellátónak is szüksége van rá, a lehető legautomatikusabban megosztásra kerüljenek, illetve hiteles, naprakész információ álljon rendelkezésre az esetleges beavatkozásokhoz. Alapvető cél továbbá, hogy lényegesen csökkentsük, sok esetben teljesen kiváltsuk a papír alapú adminisztrációt.

A gyermek fejlődésének nyomon követését és az ellátási folyamatot a védőnők és a házi gyermekorvosok/háziorvosok számára egyaránt hozzáférhető központi védőnői szakrendszer fogja tartalmazni, amelyhez megfelelő jogosultsági szinteken keresztül férhetnek hozzá a szereplők. Ennek egyik kiemelt célja, hogy a gyerekút átlátható és jól követhető legyen, illetve lényegesen könnyítsen az adminisztrációs terheken. A rendszer használata ingyenes lesz és biztosítja a központi alkalmazást és adattárolást, jogosultsági rendszerrel támogatott adatkezelést és a magas rendelkezésre állást.

A védőnői szakrendszer mellett elkészül az alapellátásban részt vevő szakemberek számára egy szakmai információs portál, a szülők számára egy szülői információs portál, valamint a továbbképzések megszervezését és lebonyolítását, a továbbképzések e-learning moduljainak megvalósulását segítő távoktatási rendszer.

II/1.4 VÉDŐNŐI MÓDSZERTANI EGYSÉG (VME) KIALAKÍTÁSA

A VME célja a védőnői szolgálat működését és a védőnői feladatokat összehangoló, a védőnői ellátás működését elemző, preventív kutatásokhoz hátteret biztosító, országos szakmai-módszertani programokat, tevékenységeket végző, szervező és működtető szervezeti egység létrehozása. A VME feladata a projektben fejlesztett továbbképzések fenntartása is.

II/1.5 KOMMUNIKÁCIÓS-DISSZEMINÁCIÓS TEVÉKENYSÉG

A kommunikáció feladata a projekt szakmai megvalósításának támogatása, a kötelező tájékoztatási és disszeminációs feladatok ellátása, az előállított ismeretanyag terjesztése a közvetlen és közvetett célcsoport körében.

III. A CSOPORT MINT PSZICHOLÓGIAI TÉR – KÜLÖNBÖZŐ ÉLETHELYZETŰ SZÜLŐK CSOPORTOS FOGLALKOZÁSA TOVÁBBKÉPZÉSRŐL

III/1. A TOVÁBBKÉPZÉS KERETÉBEN FEJLESZTENDŐ KOMPETENCIÁK

A továbbképzés a védőnők, házi gyermekorvosok és vegyes praxisú háziorvosok már meglévő, mindennapi munkájuk során használt kompetenciáira épít, azokat tudatosítja és fejleszti, és további ismereteket ad át a témában.

A továbbképzés résztvevője az ismeret szintjén:

- Ismeri a gondozottak (csoporttagok) igényeit, szükségleteit.
- Ismeri az általa kiválasztott csoporttéma hozzáférhető szakirodalmát, és tisztában van a csoport-témával kapcsolatos hazai információkkal, ellátóhelyek és segítő szervezetek elérésével, tevékenységével.
- Ismeri a védőnői, házi gyermekorvosi és vegyes praxisú háziorvosi munkában jelen lévő lélektani jelenségeket, felmerülő emocionális terheket, ezek prevencióit és kezelési lehetőségeit.
- Ismeri a szülőcsoport sikeres megtartásához szükséges személyi és tárgyi feltételeket.
- Ismeri a csoportdinamika alapelveit.
- Birtokában van a csoportvezetéssel kapcsolatos alapismereteknek.

A továbbképzés résztvevője a készségek szintjén:

- Képes megszervezni egy szülőcsoportot (optimális helyszín, időpont, toborzás, átadandó ismeretek megtervezése).
- Képes a csoport tagjainak élethelyzetét, állapotát, lehetőségeit ismerve kezelni a csoportfolyamatokat.
- A szakmával járó pszichés terhelésekkel meg tud küzdeni, képes arra, hogy felismerje saját indítékait, és ennek megfelelően kezelje saját érzelmeit.
- Képes árnyaltan kommunikálni, és a kommunikációs eszköztárát az adott helyzethez, és problémához igazítani.

A továbbképzés résztvevője az attitűd szintjén:

- Elfogadja az egyenrangú együttműködésen alapuló kapcsolat fontosságát, vezetői helyzetét a csoporttagok hasznára fordítja.
- Empatikus, fontosnak tartja a korrekt, jó kapcsolatot a csoport tagjaival. Képes tiszteletben tartani az eltérő helyzetű csoporttagok eltérő igényeit és eltérő kulturális helyzetét, eltérő lelkiállapotát.
- Elfogadó, toleráns, előítélet-mentes beállítódás jellemzi.

III/2. A TOVÁBBKÉPZÉS FELÉPÍTÉSE, A FOLYAMAT LOGIKÁJA ÉS VEZÉRFONALA

A továbbképzés során a résztvevők elméleti és élményszinten egyaránt megismerik a csoportok jelentőségét, működését és előnyeit, a csoportvezetésben rejlő lehetőségeket és buktatókat. Ismereteket szereznek, és szembesülnek azzal, hogy a speciális élethelyzetbe került családok, szülők milyen jelentős segítséget nyújthatnak egymásnak megfelelő körülmények között és megfelelő technikával létrehozott csoportban. A folyamat a saját élmények feldolgozásától az ismeretek szerzésén át a gyakorlati megvalósításig tart. A továbbképzés során a résztvevők tudatosítják magukban, hogy milyen csoportok tagjai, hogy ezek a csoportok hogyan hatnak rájuk, majd megismerik a csoportfolyamatokat, a csoporton belüli kommunikáció módozatait, a csoporttartás és szervezés gyakorlatát, a különböző vezetői helyzeteket, és végül maguk is modellezik a csoportot, valamint a csoportvezetést.

III/3. MÓDSZEREK

A továbbképzés során alkalmazott módszerek: plenáris ismeretátadás, egyéni munka, kiscsoportos munka, csoportos munka, páros gyakorlat, brainstorming (ötletbörze), kérdőív kitöltése és elemzése.

III/4. A TEMATIKA ÖSSZEFOGLALÓ TÁBLÁZATA

Első nap		
Érkezés, regisztráció	8:30–9:15	
Projektbemutató	9:15–10:00	
1. blokk	10:00–11:30	Köszöntés, bemutatkozás, kontextus
Szünet	11:30–11:45	
2. blokk	11:45–13:15	Csoportfajták, csoportformák
Ebéd	13:15–14:00	
3. blokk	14:00–15:30	Csoporttartás motivációi
Szünet	15:30–15:45	
4. blokk	15:45–17:15	Különböző élethelyzetű csoporttagok , Yalom-féle csoportható tényezők
Második nap		
Regisztráció	8:50–9:00	
5. blokk	9:00–10:30	A csoportdinamika fogalma
Szünet	10:30–10:45	
6. blokk	10:45–12:15	Szerepek a csoportban
Ebéd	12:15–13:00	
7. blokk	13:00–14:30	Csoportkultúra, normák, konformitás
Szünet	14:30–14:45	
8. blokk	14:45–16:15	Kommunikáció a csoportban
Szünet, büfé	16:15–16:30	
9. blokk	16:30–18:00	Csoportszervezési kérdések
Harmadik nap		
Regisztráció	8:50–9:00	
10. blokk	9:00–10:30	Konfliktusok a csoportban
Szünet	10:30–10:45	
11. blokk	10:45–12:15	A csoportvezető szerepe, feladatai, indulatáttétel
Ebéd	12:15–13:00	
12. blokk	13:00–14:30	Csoport-szimulációs feladat
Szünet	14:30–14:45	
13. blokk	14:45–16:15	Összegzés, zárás
Vizsga, értékelő lapok kitöltése	16:15–17:00	A program egészére szóbeli visszacsatolások és az értékelő lapok kitöltése

III/5. A TOVÁBBKÉPZÉS SORÁN ALKALMAZOTT ÉRTÉKELÉSI (VIZSGA) RENDSZER

A továbbképzés az utolsó napon írásbeli tesztvizsgával zárul, amelynek lehetséges minősítései:

A) megfelelt

B) nem felelt meg.

A „megfelelt" minősítés feltétele: a vizsgán min. 65%-os eredmény (26 pont) elérése.

III/6. A TOVÁBBKÉPZÉS SIKERES TELJESÍTÉSÉRŐL SZÓLÓ IGAZOLÁS KIÁLLÍTÁSÁNAK FELTÉTELEI

A továbbképzés utolsó napján az írásbeli tesztvizsga sikeres teljesítése, valamint a továbbképzésen történő legalább 90%-os részvétel. (A hiányzás megengedett mértéke maximum 3 tanítási óra.)

IV. A TOVÁBBKÉPZÉSI PROGRAM RÉSZLETES BEMUTATÁSA

A kézikönyv jelen fejezetében a három nap minden blokkját röviden összefoglaltuk és a tervezett feladatokról egy nagyon rövid leírást készítettünk, ezzel segítve, hogy mindenki számára visszakereshetővé váljanak a tréning történései. Zárójelben a feladatok neveit jelöltük, valamint a kiosztásra kerülő segédleteket is nevesítettük.

Minden blokk végén lehetőség van saját jegyzetek készítésére. Javasoljuk, hogy éljenek vele! Az első benyomások, élmények, gondolatok feljegyzése a történések későbbi felidézését és ezáltal a tanulási folyamatot is segíti.

IV/1. ELSŐ NAP, 1. BLOKK (10.00–11.30)

Téma: Köszöntés, bemutatkozás és a továbbképzés céljainak tisztázása

A blokk célja a továbbképzési csoport munkájának elindítása. A résztvevők elvárásainak és a továbbképzés céljainak összehangolása, a követelmények és az együttműködés munkamódjának tisztázása.

A blokk felépítése

I.
A továbbképzés céljának és módszertanának ismertetése.
A tréning 3 napos programjának felvázolása.

II.
Egymás megismerése, bemutatkozás, kapcsolatteremtés. *(Villáminterjú)*

III.
Érzések, elvárások, félelmek megfogalmazása a következő 3 nappal kapcsolatban. *(Névjegy készítése)*

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI AZ ELSŐ BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/2. ELSŐ NAP, 2. BLOKK (11.45-13.15)

Téma: Csoportfajták, csoportformák

A blokk célja annak tudatosítása, hogy mindannyian megannyi csoporthoz tartozunk, ezek a csoportok hatnak ránk, és mi is hatunk rájuk.

A blokk felépítése

I.
Mi is a csoport, hol is vagyunk csoportban?

II.
Csoportban szerzett élmények és csoportvezetéssel kapcsolatos eddigi tapasztalatok feldolgozása.

III.
Elméleti háttér a csoportokról, frontális ismeretátadás.

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A MÁSODIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Történet a hosszú kanalakról[5]

Egy régi történet szerint a rabbi Istennel beszélget a pokolról és mennyországról. „Megmutatom neked a poklot", mondja Isten, és bevezeti egy szobába, ahol csomó elkeseredett, kiéhezett ember ül egy nagy, kerek asztal körül. Középen egy hatalmas, bőségesen elegendő tál pörkölt, fenséges illattal, amitől a rabbi szájában összefut a nyál. De nem eszik senki: túl hosszú nyelű kanál van mindenkinél, amivel ugyan elérik a tálat, de a hosszú nyél miatt az ételt nem tudják a szájukhoz vinni. A rabbi látja, hogy a szenvedés valóban mérhetetlen és együttérzően lehajtja a fejét.

„Most lásd meg a mennyországot", mondja Isten, és beléptek egy ugyanolyan szobába, mint az első: ugyanolyan nagy kerek asztal, ugyanakkora tál pörkölt, ugyanolyan hosszú nyelű kanalak. Mégis vidám volt a hangulat, s mindenki jól táplált, dundi, életerős volt. A rabbi nem értette és kérdőn nézett Istenre.

„Egyszerű – mondta Isten – de bizonyos képességet igényel. Látod, az emberek itt megtanulták egymást etetni."

[5] Ann Landers: Mennyország és pokol
http://www.staff.u-szeged.hu/~csiszi/szem/tortenet/mennyespokol.html
(Letöltve: 2013. október. 4. A megjelölt forrás kivonata.)

Mire jó a csoport?

A csoport több, mint az egyének összessége. A csoport tagjai folyamatosan kommunikálnak, tudatosan, vagy nem tudatosan, szóban vagy nem verbális formában. A csoport folyamatosan változik, alakul, fejlődik, a csoportba tartozó egyén is változik, fejlődik. Hogyan hat a csoport? Mi történik benne?

Valahová tartozás élménye: az ember társas lény, a „valahová tartozás" igénye minden egészséges egyénben él.

Egyetemesség (nem vagyok egyedül) érzése: egyedül hajlamosak vagyunk azt érezni, hogy csak velünk történhetnek ilyen rosszul a dolgok, csak mi gondolkodunk ilyen furcsán, csak mi élünk át ilyen vagy olyan érzelmeket bizonyos élethelyzetekben. Egy csoport tagjaként megtudhatjuk, hogy mások is kerülnek hozzánk hasonló helyzetbe, mások is éreznek hozzánk hasonlóan.

Információk átadása: hozzánk hasonló helyzetben lévő társainktól fontos információkhoz juthatunk a továbblépés érdekében.

Gyakorlati segítségnyújtás: a csoporttagok segítséget nyújthatnak egymásnak a mindennapokban, hiszen kötődnek egymáshoz, és ismerik egymás szükségleteit.

Félelmek feltárásának lehetősége: a csoport biztonságos hátteret adhat ahhoz, hogy a tagok megfogalmazzák félelmeiket, kételyeiket, és feltárhassák azokat a csoport előtt.

Lelki támogatás: a közös ügy vagy közös probléma köré szerveződött csoport tagjai pszichés támogatást biztosíthatnak társaik számára, akár direkt formában (személyes figyelem, meghallgatás, megerősítés), vagy nem direkt formában (mintaadás, példamutatás).

Személyes kapcsolatok kialakítása: a csoporton belül erős személyes kapcsolatok alakulhatnak ki, amelyek túlmutatnak a csoport keretein.

A csoport fogalma

- A csoport az emberi létezés egyik alap közege.
- A csoport több – legalább 3 – személyből áll.
- A csoport tagjai függésben vannak egymástól, olyan szükségleteik mentén, amelyek egyedül / individuális úton nem elégíthetőek ki.
- A csoport tagjai magukat másoktól valamely tulajdonság mentén megkülönböztethető egységként szemlélik.
- A csoport tagjai kölcsönös interakcióban vannak egymással.

Csoporttípusok

Cooley (1909) csoportosítása szerint

Primer csoportok

- konkrét, a valóságban fellelhető társas alakzatok
- intim, valódi szemtől szembe kapcsolatteremtés jellemzi
- pl. család, falu közösség, szomszédság

Másodlagos csoportok

- egy cél, vagy feladat elvégzése érdekében szerveződnek
- személyesség, élményközeliség és intimitás kevésbé jellemző rájuk
- társadalom racionális munkamegosztásának termékei
- pl. társadalmi szervezetek

A másodlagos csoport lehet:

Formális

- ezeket a csoportokat valamilyen szervezet hozza létre
- hierarchikus szerveződés jellemzi és általában valamilyen társadalmi igény kielégítésére jön létre
- ezekben a formális csoportokban is kialakul egy informális csoport rendszer is
- pl. munkatársak csoportja

Informális

- önkéntes társuláson alapulnak
- rokonszenv mentén alakulnak ki
- nem jellemző rájuk a hierarchia.
- pl. baráti kör

További csoporttípusok

Kortárs csoport

- a szocializáció során a legfontosabb elsődleges csoport, a család mellé, majd a helyére lép

Vonatkoztatási (referencia) csoport

- az a csoport, amelynek normáihoz, szabályaihoz, értékeihez, elvárásaihoz egy-egy ember alkalmazkodik, amelyhez méri magát

Tagsági csoport

- az a csoport, amelynek az egyén (valamely tulajdonsága mentén) a tagja

Csoportlétszám

A csoport létszáma meghatározza, hogy milyen jellegű tevékenység végzésére alkalmasak.

Kiscsoport
- 8–12 fő
- csoport pszichológiai hatótényezői a személyiség változás szempontjából optimálisan itt működhetnek

Készségfejlesztő csoport
- 12–16 fő
- a pszichés hatótényezők kevésbé erősek
- az intimitás szintje, az interakciók száma csökken

Tréning csoport
- maximum 20–25 fő
- itt már a csoport működése jelentősen felszínesebb

Még nagyobb csoportlétszám
- már nem lehet jelentősen számolni a csoport hatótényezőkkel a munka során

A csoport működése szerint lehet:

Nyitott csoport
- a csoportfolyamat során bármikor jöhetnek új tagok
- a csoporttagok bármikor kiléphetnek a csoportból

Zárt csoport
- az együttműködés végéig a tagság állandó marad
- a szerződés egy előre meghatározott időtartamra szól

Csoportdinamika

Csoportdinamikának nevezzük azokat a tényezőket, jelenségeket, amelyek csoportban mutatkoznak meg és az egyén oldaláról nem érthetőek, magyarázhatóak meg.

Kurt Lewin szerint:

- a csoport olyan rendszer, amely egyensúlyra törekszik és ezt önszabályozás útján igyekszik elérni
- a másik jelenléte feszültségforrás
- létrejön a csoportban egyfajta **pszichikus mező:** a csoporttagok kölcsönös függése pszichikus mezőt hoz létre, az ebben ható erők alakítják a viselkedést (szokások, normák, hierarchiálódás, vezető kiválasztódás, rivalizálás, párképződés stb.)
- minden csoportjelenségnek van egy manifeszt és látens szintje:
- mi az, ami történik?
- miért történik?

A csoportdinamika tényezői

Státus
- egy formális vagy informális rendszerben elfoglalt pozíció

Szerepek
- a csoportban egy adott pozícióban levő személy viselkedésére vonatkozó elvárások és normák összessége

Csoportnormák
- a csoport egészére vonatkoztatva fogalmaznak meg elvárásokat

Interakciók
- a csoporttagok kölcsönös egymásra hatása, verbális és nem verbális kommunikáció során

A csoportfejlődés fázisai
- minden csoport folyamata szakaszokra bontható, és ezek a fázisok meghatározzák a csoportfolyamatokat is

A csoportkohézió

A csoportban lévő megtartó erők összessége.

Indulatáttétel:
Freud által alkotott fogalom. Legjellemzőbb módon a pszichoterápiában kialakuló jelenség, amikor a terapeuta iránt érzett negatív vagy pozitív érzelmek valamely korábbi, vagy más kapcsolatból erednek és tudattalan szintű kapcsolódás után vetülnek ki a terapeutára. Hasonló jelenség előfordulhat az élet más területein is: tanár, főnök, csoportvezető esetén is.

Szociális kontroll:
Az a folyamat, ahogy a csoport eléri a működéséhez szükséges mértékű konformitást és a szabályoknak való engedelmeskedést.

Csoportkultúra:
A csoportra jellemző nézetek, szokások, értékítéletek és hagyományok rendszere.

Irodalom

- Brocher, T. (1979): *Csoportdinamika és felnőttoktatás.* Tankönyvkiadó, Budapest
- Csepeli György (szerk)., (2001): *Szociálpszichológia.* Osiris Kiadó, Budapest
- Yalom, I. D. (é. n.): *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata.* Animula Kiadó, Budapest

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A MÁSODIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/3. ELSŐ NAP, 3. BLOKK (14.00–15.30)

Téma: A csoporttartás motivációi

A blokk célja megmutatni, hogy milyen sokféle szülőcsoportot szervezhetünk csoportvezetésben járatos védőnőként, gyermekgyógyászként. Személyes érintettségeinken keresztül feltárni, és segíteni annak felismerését, hogy ez hogyan befolyásolhatja akár pozitív, akár negatív módon a csoportban végzett munkát. Tudatosítani, hogy egy-egy csoporttéma választása és a hozzá kapcsolódó saját élményeink milyen összefüggésben lehetnek.

A blokk felépítése

I.
Önismeret – személyes érintettségeim

II.
A személyes érintettség nehézségeinek kezelése.

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A HARMADIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/4. ELSŐ NAP, 4. BLOKK (15.45–17.15)

Téma: Különböző élethelyzetű csoporttagok

A blokk célja a különböző élethelyzetekről való együtt gondolkodás, azok körülményeinek, kialakulásának, okainak feltárása; áttekinteni a különböző élethelyzetű, de közös problémákkal küzdő személyek csoporttá válásának problémáit. A személypercepció, az előítéletek szerepének tudatosítása a segítő foglalkozásúak munkájában. A csoport működéséről való tudás elmélyítése.

A blokk felépítése

I.
Gyakorlat az előítéletekről – mi az, amiről nehéz beszélni, nehéz szóba hozni.

Az alábbi szöveg a magyarországi roma közösségek olyan régebbi kulturális jellemzőit összegzi, melyek populáció szinten néhol még ma is jellemzőek, de nem minden egyénre.

Kulturális különbségek – különleges kommunikáció[6]

Mint minden más területen, egészségügyi kérdésekben is rengeteg hagyomány, hiedelem, előítélet irányít minket. Ebből számtalan félreértés adódhat, főleg, ha kultúrák közötti kommunikációról van szó. Ami biztos: nem feltételezhetjük azt senkiről, hogy rosszat akar a gyermekének vagy saját magának. Ha nem jutunk egyről a kettőre, érdemes megismerni a félreértések hátterét. Magyarországon az egyik legfontosabb a roma kulturális háttér ismerete, de egyre több kínai, vagy más távoli kultúrából származó pácienssel, ügyféllel kell számolni. Példáinkat a roma kultúra területéről vesszük

A roma kultúra – témánk szempontjából fontos – néhány jellemzője:

- A roma társadalomban a kiterjesztett család az alapegység. Ez az oka, ha egy családtag megbetegszik, nemcsak a közeli, de a távolabbi hozzátartozók kísérik, segítik a beteget.
- A csoport fontosabb az egyénnél. A csoport érdeke előbbre való az egyéni érdekekkel szemben.
- Az elsődleges kommunikációs forma a beszéd, amely előnyt élvez az írott kommunikációval szemben.

[6] Forrás: Lakatos Szilvia: [et al.] (2007.) *Egyenlőség, egészség és a roma/cigány közösség. Khetanipe for the Roma Unity Association, 19-20.* http//ec.europa.eu/health/ph_projects/2004/action3/docs/2004_3_01_manuals_hu.pdf (Letöltve: 2013. november 12.)

- A törődés és gondoskodás elsősorban a nők feladata, ezért a betegek ellátásáért is ők felelnek.
- A fiatal roma lányokat kiskoruktól a házasságra készítik, ugyanakkor a családtervezési és betegségmegelőzési szempontból fontos felvilágosítás, ezzel együtt a szex tabu téma lehet a családon belül.
- Az egészség egyenlő a betegség hiányával. A betegségről gyakran csak akkor vesznek tudomást, ha akut tüneteket tapasztalnak.

Egyes roma közösségek körében élő hiedelmek és babonák, amelyek problémát jelenthetnek a védőnő, házi gyermekorvos és vegyes praxisú háziorvos számára:

- Nem szabad a várandósság alatt megvásárolni a babakelengyét, mert az a gyermek halálát okozhatja.
- Nem szabad fogat tömetni, vagy fogat húzatni a várandósnak, mert ez „nyomot hagy a gyermeken".
- Az első várandósságot semmiképpen sem szabad megszakíttatni.
- A csecsemőket ritkábban fürdetik, mert a víz, a fürdetés gyengíti a gyermek ellenálló képességét, elveszi az erejét.
- A csecsemőt pólyába kell kötni, hogy megelőzzék a csípőficamot. Azonban ennek az ellenkezője bizonyított, miszerint a csípőficamra éppen a szorosan pólyába kötött csecsemők hajlamosabbak.
- A tápszerrel való táplálás nem jó, mert nagy lesz a gyerek feje.
- Gyulladt szembe anyatejet kell csöpögtetni.
- A védőoltástól és injekciótól féltik a babát, mert az sebet ejthet rajtuk.

A hiedelmek mélyen gyökereznek, megváltoztatásuk nem egyszerű döntés kérdése. A direkt beavatkozás és a tiltás nem vezet eredményhez, a türelmes, meggyőző beszélgetés segíthet. A bátorítás, megerősítés, érdeklődő figyelem, párbeszéd, a könnyen érthető szavak használata fontos.

II.
„Mitől változunk a csoportban?" Specifikus hatótényezők.

A változást előidéző tényezők

I. D. Yalom összegyűjtötte azokat a tényezőket, amelyek csoportterápiában biztosítják a terápiás változást, gyógyító erővel bírnak.
Ezek a csoport pszichoterápiás kategóriák alkalmazhatóak egészséges emberek csoportjaira is Rudas János szerint.
Ezek közül a tényezők közül nem mindig jelenik meg mindegyik.
A különböző csoportokban más és más elem kaphat hangsúlyosabb szerepet és egyénenként, csoporttagonként is változó, hogy kinek melyik segítő faktor jelent sokat.

1. A remény ígérete

- Az előzetes pozitív várakozással érkező csoporttagoknál ez az attitűd a siker jó előrejelzője is.
- Ha valaki úgy érkezik, hogy itt segítséget fog kapni a problémája megoldásához, akkor jó eséllyel vesz részt aktívan a csoportban és dolgozik maga is a gondja megoldásán.
- Ennek a reménynek a fenntartása a csoportvezető feladata is.
- Bízni a kell a módszereiben, ismereteiben, szaktudásában és önmagában is, hogy ezt a bizalmat a többieknek is át tudja adni.

2. Egyformaság és különbözőség

Egyformaság
A csoportban szembesülnek azzal a résztvevők, hogy problémáik, szorongásaik, nehéz élethelyzetük, melyekről azt gondolták, hogy teljesen egyedül vannak vele, mások életében is hasonlóképp jelen vannak, a többiek is küszködnek vele.

Különbözőség
Az ember hajlamos azt hinni, hogy mások is úgy látják a világot, ahogyan ő, a saját értékei, véleménye, viselkedése az általánosan elfogadott, itt szembesül azzal is, hogy vannak eltérő nézetek. Az új nézetek, vélemények megismerése a változás kiindulópontja lehet.

3. Információátadás

- Nem szabad elhanyagolni a konkrét ismeretek átadásának szerepét.
- Az információ közlés lehet:
  - rövid didaktikus jellegű közlés,
  - információkat összefoglaló tájékoztatás, tematikus előadás,
  - segédanyagok, szórólapok kiosztása,
  - a csoportfolyamatok magyarázata.

4. Önzetlenség

- A csoport teret adhat az önzetlenség különféle megnyilvánulásainak.
- Itt megtapasztalható a világ adok-kapok jellegű kapcsolataival szemben egy más attitűd.
- A csoporttagok támogatják egymást, együttérzést tanúsítanak, odafigyelnek egymásra, megbeszélik a hasonló gondjaikat és javaslatokat tesznek egymásnak.
- Ez a légkör elősegíti az önértékelés javulását, az önbizalom növekedését, a kibontakozást.
- Nagy szerepe van a csoportnorma kialakításában a vezető mintaadásának is.

5. A családi csoport megismétlése

- A csoportban való működés gyakran aktivizálja azt a szerepkészletet, amelyet az elsődleges csoportból, a családunkból hoztunk.
- Úgy élik meg, – ha ez nem is tudatosodik – mintha a szüleikkel (vezetők) és testvérekkel (csoporttagok) lenne dolguk – és ezek az interakciós minták aktiválódnak.
- Előkerülhet erős függés, dac, ellenállás, rivalizáció.
- Ugyanakkor ez a helyzet módot adhat a szocializációs hibák korrekciójára, korrektív emocionális élmény megélésére is.

6. Társas készségek fejlődése

- A csoporthelyzet remek lehetőségeket teremt a szociális készségek fejlesztésére.
- Megtapasztalhatóak a hiányok, az erősségek.
- Követendő és elkerülendő mintákat lehet megfigyelni a többieknél.
- És védettebb környezetben kísérletezni az új viselkedési mintákkal.

7. Utánzás

- Az utánzásos tanulást szinte észre sem vesszük, mégis komoly jelentősége lehet.
- Gyakori a csoportvezetőkkel való azonosulás és az ő attitűdjüknek, viselkedésüknek, akár még a hanghordozásuknak is az átvétele.
- Ugyanígy megjelenhet utánzás a csoporttagok között is.
- Ez segíti is a csoporttagokat a folyamat elején az összekovácsolódásban.
- Jól észlelhető a jelenség, amikor a csoport legelején a vezető feltesz egy körkérdést és az első válaszolók mintaként szolgálnak a többieknek, hogy milyen mélységig, stílusban és hogyan feleljenek.

8. Interperszonális tanulás

- A csoport megfelelő feltételek esetén egy idő után úgy működik, mint a csoporttagok valódi, külső társas kapcsolatainak egyfajta leképeződése.
- Így azok a problémák, amelyek ott jelentkeznek (alkalmazkodási zavarok, hiányosságok, ütközések, gátlások) megjelennek a csoport szociális terében is.
- Itt könnyebben felismerhetővé, azonosíthatóvá és módosíthatóvá válhatnak azáltal, hogy ebben a térben visszajelzéseket kapnak a csoporttagok a viselkedésükről.
- Később az itt tanult új készségek a való életben is megjelennek.

9. Csoportkohézió

- Ha a csoport tagjai vonzónak élik meg a csoporthoz tartozást, pozitív érzéseik vannak egymás iránt, kialakult közösségnek tartják magukat, kialakultak a csoportnormák, szolidárisak egymással a résztvevők, akkor csoportkohézióról beszélhetünk.
- Ebben a csoportvezetőknek és a tagoknak egyaránt szerepe van.
- A csoportkohézió fejlődést segítő hatása abban áll, hogy minél erősebb a csoportkohézió, a többi „gyógyító" tényező annál erősebb hatást képes kifejteni.
- És a pozitív változások tovább erősítik a csoportkohéziót.

10. Katarzis

- A csoportban megfelelő feltételek esetén mélyreható érzelmi élmények érhetik a résztvevőket.
- Ezeknek az érzelmeknek a nyílt kifejezésén keresztül a tagok kisebb-nagyobb katarzist – érzelmi megtisztulást – élhetnek át.
- Ez az indulati feszültség, amely a csoport szerves része, növeli a csoportkohéziót és ezen keresztül a többi hatótényező eredményességét is fokozza.

Irodalom

- Brocher, T. (1979): *Csoportdinamika és felnőttoktatás.* Tankönyvkiadó, Budapest
- Rudas János (1990): *Delfi örökösei.* Gondolat, Budapest
- Rudas János (2009): *Javne örökösei.* Lélekben Otthon Kiadó, Budapest
- Yalom, I. D. (é. n.): *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata.* Animula Kiadó, Budapest

III.
A nap zárása

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A NEGYEDIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/5. MÁSODIK NAP, 5. BLOKK (9.00–10.30)

Téma: A csoportdinamika fogalma

A blokk célja, hogy tapasztalatot szerezzünk arról, milyen élmény csoportban lenni, megismerjük a csoportban kialakuló, a mindennapi élettől eltérő helyzeteket – a csendet, a feszültséget, az indulatokat –, a csoportdinamika működését, és ráébredjünk, hogy léteznek különböző megoldások, melyeket a csoport maga hoz létre.

A blokk felépítése

I.
Csoportdinamika átélése, sajátélmény gyakorlat.

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI AZ ÖTÖDIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/6. MÁSODIK NAP, 6. BLOKK (10.45-12.15)

Téma: Szerepek a csoportban

A blokk célja felfedezni, megfogalmazni saját helyünket a csoportban, ezáltal megismerni a csoporttagok szerepeit, felismerni és kezelni a csoporttagok közötti konfliktusokat.

A blokk felépítése

I.
Szerepem a csoportban: a csoportszerepek megismerése és megtapasztalása saját élményen keresztül. Saját működésmód tudatosítása, esetleges szerepkonfliktusok feltárása. *(Pegazus tréninggyakorlat)*

II.
Elméleti háttér: Csoportszerepek ismertetése.

Mi a szerep?

Szerep az a viselkedés, viselkedésmód, amit a csoportban egy-egy csoporttag képvisel.
Mindenki hozza magával a csoportba korábbi szerep tapasztalatait, meglevő szerepkészleteit és feltételezéseit az adott csoport elvárásairól.
A szerepekből jön létre a csoport informális struktúrája és ezek változása adja a szerepek dinamikáját.
Formális szerepek: csoportvezető(k)
csoporttagok

A csoportban a szerepek terén feszültség lehet:

- Az egyik csoporttag által képviselt szerep és a között, hogy mások hogyan érzékelik az ő szerepét (pl. barátságos nyitottság – folyamatos locsogás, elmélyült gondolkodás – bambaság).
- Az elvárt és az érzékelt szerepek között. Pl. többen is vezető szerepre törnek, vagy szükségtelenül viccelődnek, túlmagyaráznak.
- Ugyanazt a szerepet lehet, hogy az egyik tagtól elfogadja a csoport, míg mástól nem.

Önirányultságú szerepek I.

Ezek olyan szerepek, amelyeket a csoporttagok személyes, aktuális feszültségeik, bizonytalanságaik oldására alkalmaznak.

1. Függőség
A csoport egyik tagja aláveti magát a vezetőnek vagy más csoporttagnak.

2. Ellenszegülés
Kritika, szembeszállás a csoportvezetővel vagy valamelyik másik csoporttaggal.

Önirányultságú szerepek II.

3. Rivalizálás
Versengés: gyakori ötletelés, véleményezés, szereplés, saját maga túlhangsúlyozása.

4. Kitérés
A csoport eltérítése az aktuális fókusztól pl. anekdotázás, humorizálás.

5. Párképzés
Szövetség(ek) keresése, összekacsintások, sugdosások.

6. Kilépés
Passzivitás, háttérbe húzódás.

Feladatra irányuló szerepek I.

A feladat vagy problémamegoldást segítő szerepek, főként ilyen céllal szervezett csoportokban.

1. Kezdeményezés
A csoport elindítása vagy holtponton való átlendítése.

2. Információ kérés
Adatok, információk, tények összegyűjtése a csoport tagjaitól.

Feladatra irányuló szerepek II.

3. Információadás
Adatok, információk, tények megosztása a csoportban, ötlet, vélemény, javaslat adás.

4. Kritikai tisztázás
Az elképzelések vagy a helyzet tisztázása, alternatívák megfogalmazása, javaslatok osztályozása.

5. Összegzés
A felmerült javaslatok, megoldásmódok, ötletek összehangolása, lényegkiemelés, a döntések előkészítése.

Csoportfenntartó szerepek I.

Ezek a szerepek a jó csoportlégkör megteremtését szolgálják, a csoport fenntartására, működésének zavartalanságára, a szét-húzó erők ellensúlyozására törekszenek.

1. Összhangteremtés
Eltérő nézetek közelítése, különféle szempontok egyeztetése.

2. Bátorítás
Megerősítő viselkedés, odafordulás a másikhoz, nem verbális módon is.

Csoportfenntartó szerepek II.

3. Kompromisszumkeresés
Rugalmas engedékeny viselkedés, engedmények vállalása, saját tévedés elismerése

4. Kognitív serkentés
Elakadás esetén az okok keresése a továbblépés érdekében

5. Feszültség oldás
Hangulatjavítás, közvetítés, konfliktus enyhítés feszültség esetén

A csoportvezetői szerep I.

- A csoport kialakítása és fenntartása
- Csoportkultúra kialakítása – normák, szabályok, értékek, nem meghatározása, hanem csak kialakítás és fenntartás serkentése.
- Facilitálja az
  - önfeltárást
  - spontaneitást
  - toleranciát
  - címkézés kerülését
  - aktív bevonódást
  - elfogadást

A csoportvezetői szerep II.

- A csoportvezető kettős szerepben van:
  - szakember
  - mintaadó
- Csoportfolyamat átlátása, kézben tartása és megvilágítása is feladata
- Követnie kell a csoportfolyamatok kettős jellegét:
  - tartalom – mi történik?
  - folyamat – hogyan történik?

Irodalom

- Brocher, T. (1979): *Csoportdinamika és felnőttoktatás.* Tankönyvkiadó, Budapest
- Rudas János (1990): *Delfi örökösei.* Gondolat, Budapest
- Rudas János (2009): *Javne örökösei.* Lélekben Otthon Kiadó, Budapest
- Yalom, I. D. (é. n.): *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata.* Animula Kiadó, Budapest

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A HATODIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/7. MÁSODIK NAP, 7. BLOKK (13.00–14.30)

Téma: Csoportkultúra, normák, konformitás

A blokk célja felismerni azt, hogy minden csoporton belül sajátos normák, íratlan szabályok alakulnak ki, valamint azt, hogy az egyéni és a csoportnormák ütközhetnek. Megérteni, hogy a csoport vezetőjének komoly felelőssége van abban, hogy milyen normák alakulnak ki, és befolyásolhatja, hogy az elfogadó attitűd jelenjen meg normaként a versengéssel, kritikus hozzáállással szemben.

A blokk felépítése

I.
A csoportnormák sokszínűségének megtapasztalása *(„Hol lakik a csoport?" c. tréninggyakorlat).*

II.
Elméleti előadás a csoportfejlődés szakaszairól, a csoportnormák kialakulásáról.

Csoportfejlődés szakaszai

- Minden csoport története szakaszokra, fejlődési fázisokra tagolható.
- Rendszerint észrevétlenül követik egymást az egyes fejlődési fázisok, amelyekre más és más jelenségek és dinamika jellemző.
- Ennek tudatosításával a csoportvezető – és rajta keresztül a csoporttagok – számára jobban érthetővé, értelmezhetővé és kezelhetővé válnak az egyes jelenségek, amelyekkel szembetalálja magát.

A csoport kialakulásának folyamata I.

1. Tájékozódás (forming)
- kezdeti bizonytalanság;
- egymás kipróbálása, megismerése, a beilleszkedés a fő mozgatórugó;
- nyitottság (értelmi, érzelmi);
- ismeretlen helyzet – feszültségcsökkentő viselkedésmódok;

2. Strukturálódás (storming)
- differenciálódás, egyéni különbségek szerepekbe öntése;
- értékek, normák ütközése;
- konfliktuskezelés kidolgozása;
- szerepharcok;
- kompromisszumkeresés, megnyugvás

A csoport kialakulásának folyamata II.

3. Munkafázis (norming)
- a csoportnormák és szerepek már jól meghatározottak;
- együttműködés;
- feladat orientáltság;
- együttes élmény légköre;

4. Eredmények felmutatása (performing)
- a csoport eléri célját, amire szerveződött;
- összetartó erő (kohézió);
- érett részvállalás;

5. Felbomlás vagy újraszerveződés (adjouring)
- a cél elérése után a különbségek újra előkerülnek;
- hagyományok és a szükségletek konfliktusa;
- megújulás vagy felbomlás;

A csoportfejlődés eredménye

Egy olyan társas egység,

- amelynek tagjai bizonyos **normák**ban osztoznak,
- amelyben kialakultak a csoportbeli **szerepek,**
- ahol viszonylag stabil, állandó **csoportstruktúra** jött létre.

Csoportnorma

- A csoporttagok viselkedését szabályozza.
- Az egész csoportra vagy egy részére vonatkozik.
- A normákat maga a csoport alakítja ki, egy nem tudatos folyamatban.
- Egyéni normák ⟷ Csoport normák

Igazodás
A csoportnorma megváltoztatása
Deviancia
A csoport elhagyása

Irodalom

- Brocher, T. (1979): *Csoportdinamika és felnőttoktatás.* Tankönyvkiadó, Budapest
- Rudas János (1990): *Delfi örökösei.* Gondolat, Budapest
- Rudas János (2009): *Javne örökösei.* Lélekben Otthon Kiadó, Budapest
- Yalom, I. D. (é. n.): *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata.* Animula Kiadó, Budapest

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A HETEDIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/8. MÁSODIK NAP, 8. BLOKK (14.45–16.15)

Téma: Kommunikáció a csoportban

A blokk célja a csoport kommunikációs szabályszerűségeinek megismerése, a jelenségek tudatosítása és a kommunikációs készségek fejlesztése, önismeret erősítése. A csoportban zajló kommunikáció és ismeretátadás, irányítás egyes sajátosságainak felismerése és megtapasztalása.

A blokk felépítése

I.
Kommunikációs helyzetek feltárása *(„MAGYARÁZD EL" c. gyakorlat).*

II.
Saját kommunikációs stílus felismerése, önismeret növelése.

A visszajelzés alapszabályai

Visszajelzést mindenféle kommunikációs helyzetben adunk és kapunk. Ha a célunk az önismeret mélyítése, a belátás növelése és a személyiség fejlesztése, akkor az alábbi szabályok betartása segíti ezt.

1. A visszajelzés leíró jellegű legyen, ne pedig értékelő, címkéző, minősítő!
Ne ítélkezzen, hanem tényekre, érzésekre szorítkozzon!
+ „Nem értettem, amit mondtál, mert halk volt."
– „Érthetetlenül beszélsz."

2. Arról a megfigyelt jelenségről, viselkedésről szóljon, amit észleltünk, és ne a személyre irányuljon!
+ „Nem számoltál a viselkedésed következményeivel."
– „Nagyon könnyelmű vagy."

3. Legyen konkrét, ne pedig általános vagy pillanatnyi benyomáson alapuló!
+ „Belevágtál a vitapartnered szavába."
– „Erőszakos vagy."
– „De furcsa vagy!"

4. A pozitív viselkedést erősítse és ne a negatívat emelje ki, címkézze!
A pozitív visszajelzés mindig hatásosabb, mint a negatív. Az utóbbit igyekszik meg sem hallani az ember. Ha valaki változóban van, erőfeszítéseket tesz, a legkisebb észlelt változást is érdemes megerősíteni.

5. Javasoljunk, ne utasítsunk!
A parancsolgatás gyakran ellenállást vált ki, mert függő helyzetbe hozza a másik embert. Ha javaslatot, alternatívát tudunk kínálni, akkor nő az esélye, hogy megfogadja.

6. Ne egyszeri alkalommal történjen visszajelzés, hanem legyen folyamatos!
Javítja a légkört, és a pozitív megerősítés hatását is fokozza.

7. Legyen személyes, ne csak tárgyszerű!
A 2. pontban írtak szerint kerülni kell a személyeskedést, de ugyanakkor a személyességnek is meg kell jelennie benne. A hitelességet nagymértékben növeli, ha érzékelhető a pontosság mellett a visszajelzést adó bevonódása is.

8. A visszajelzésnek a fogadó személy igényeire kell épülnie.
Akkor igazán eredményes a visszajelzés, ha nyitott rá a visszajelzést fogadó személy, akkor motiváltan hasznosítani tudja azt. Ha nem igényli, akkor valószínűleg hárítani fogja. Az igényeket érdemes megpróbálni sok empátiával felkelteni.

9. Ha segítő szándék vezeti a visszajelzést, akkor hasznosabb.
Ha a segítségnyújtás motivációja hitelesen érzékelhető, akkor jobban el tudja fogadni a visszajelzést fogadó, mint más, esetleg negatív indíték (hatalom, önérvényesítés) esetén.

10. Ellenőrizni kell a visszajelzést
A visszajelzés mindig személyes érzésen, észrevételen alapul, érdemes leellenőrizni, hogy a többiek és a visszajelzést fogadó is így érzékeli-e.

11. Időzítés
Minél gyorsabban jelezzünk vissza egy-egy észrevételt, ne teljen el hosszabb idő az esemény és a visszajelzés között. (Nehéz már később felidézni.)
A visszajelzést fogadó legyen nyitott, jó hangulatban, hogy a visszajelzés ne ellenállást váltson ki belőle.

A visszajelzés elfogadása

A visszajelzés az esetek nagy részében feszültséget kelt, mert az illető énképe és a visszatükrözött kép nincs egymással teljes összhangban. Ilyenkor két jellegzetes megoldásmód lehetséges, a szembenézés és elindulás a viselkedésváltozás felé, illetve a védekezés, az eddig magunkról őrzött kép megtartása érdekében. Egyik sem nevezhető abszolút jónak vagy

rossznak, megítélése a helyzet és a személy ismeretében lehetséges csak. Egyik a változást segíti elő, másik a személy integritásának megőrzését.
Jellegzetes viselkedésmódok a kétféle esetben:

Védekező viselkedés: Tagadás / Racionalizálás / Projekció / Áttolás / Túl gyors elfogadás / Visszavonulás, bezárkózás / Agresszív támadás / Humorizálás / Rivalizálás / Cinizmus / Intellektualizálás / Általánosítás / Klikkesedés

Szembenéző viselkedés: Elfogadás / Önelemzés / Empátia / Kifejtés / Adatgyűjtés / Érzelemkifejezés / Segítségkérés / Komolyság / Odafigyelés / Pozitív kritikai beállítódás / Gondok vállalása / Kísérletezés új viselkedés-formákkal / Nyílt kapcsolatteremtés a többiekkel

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A NYOLCADIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/9. MÁSODIK NAP, 9. BLOKK (16.30–18.00)

Téma: Csoportszervezési kérdések és a második nap zárása

A blokk célja annak feldolgozása, hogy milyen keretek szükségesek egy csoport létrehozásához, fenntartásához és népszerűsítéséhez.

A blokk felépítése

I.
Csoportszervezési technikai kérdések átbeszélése

Szervezzünk csoportot!

Kinek? (célcsoport)
Szülők gyermekkel, szülők gyermek nélkül, szülők gyermekmegőrzővel, várandósok.

Gyermekek a találkozón
Kereteket kell szabni, pl.: mindenki figyel a saját gyermekére, mindenki a saját gyermekéért felelős. Ha a gyermek sír vagy hangos, és zavarja a csoportot, ki kell vinni, és csak akkor visszajönni, ha lecsendesült.
Nem etetjük egymás gyermekét, csak ha a szülő megengedi (táplálékallergiák!!!).
Nem hozunk magunkkal zajkeltő játékot (hangszert, lendkerekes autót stb.).
Ha valaki áthágja a szabályokat, megértően figyelmeztessük.
A csoportvezető saját gyermeke: csak akkor vegyen részt a találkozón, ha biztosan nem vonja el a csoportvezető figyelmét a csoportról. Ez féléves kor előtt, és hároméves kor fölött jellemzőbb.

Hol? (helyszín)
Védőnői tanácsadó, templom közösségi terme, művelődési ház, bölcsőde, óvoda, családi napközi stb.
Berendezés: a közönségtől függ. Ha gyermekek is jönnek: szőnyeg, párnák, zsákfotelek, „csendes játékszerek", gyermekbiztonság.

Időkeretek
– Mikor? (időpont)
Ezt befolyásolja a munkaidő, a gyermekek alvásideje, a terem rendelkezésre állása.

– Mennyi ideig? (időtartam)
A gyermekek terhelhetősége maximum 1,5 óra. Csak szülők számára sem érdemes hosszabb csoportot tartani. A határok tartása fontos, ezt előre meg kell beszélni. A csoportvezető soha ne késsen, tartsa tiszteletben, hogy a csoporttagok mind a csoportra szánják az idejüket. Pontos kezdés-befejezés, egymás idejének tiszteletben tartása.

– Gyakoriság
Heti, kétheti vagy havi rendszeresség. A legtöbb témában elég havonta egy találkozó.

Téma
Előre kijelölhetünk minden találkozóra egy fő kérdést, amit az adott napon körbejárunk, majd a tagok aktuális kérdéseit is számba vehetjük.
vagy:
A tagok által az előző találkozón felvetett kérdéseket járjuk körbe.
Lehet minden alkalommal az utolsó fél óra szabad beszélgetés.
vagy:
Szakértő vendég meghívása.

Eszköztár
Kölcsönözhető szakirodalom, eszközök (mellszívó, hordozókendő stb.).

Népszerűsítés
- Szájhagyomány: család a családnak
- Szórólap orvosi rendelőben, védőnői tanácsadóban, szülészeten, játszótéren, bölcsődében, óvodában, bababoltban stb.
- Plakát a rendelőben, védőnői tanácsadóban, szülészeten, buszmegállókban, játszótéren, bölcsődében, óvodában, bababoltban – a tulajdonos engedélyével.
- Hirdetés helyi sajtóban, portálokon.
- Közösségi média: csoport létrehozása, esemény létrehozása, plakát megosztása.

Kapcsolattartás
közösségi média csoport, honlap, fórumok, levelezőlista.

Technikák a csoportfoglalkozás lebonyolításához

Párbeszéd technika

A csoportvezető egy előre megfogalmazott kérdéssel indítja a beszélgetést, a csoporttagok szabadon reagálnak, a csoportvezető néha hozzáfűz dolgokat, de szabadon engedi a beszélgetést. Ha elakad a folyamat, a vezető újabb információt ad vagy kérdést vet föl. Ha egy csoporttag nem helytálló, vagy félreérthető információt tesz közzé, a csoportvezető helyesbít vagy pontosítást kér. A vezető itt a moderátor szerepét tölti be. Lehet, hogy egy indító kérdés elég, de lehet, hogy több kérdésre is szükség lesz. Érdemes több kérdéssel készülni.

Előny:

- természetes beszélgetős hangulat;
- senkire sem nehezedik nyomás, nem kötelező megnyilvánulni, és nem kell megvárni, míg rákerül a sor;
- az új tagok is otthonosan érzik magukat, ha a csoport vezetője megfelelően kommentálja a résztvevők válaszait, megjegyzéseit;
- a csoportvezető rugalmasan kezelheti a helyzetet.

Fontos:

- a vezetőnek minden találkozóra készülnie kell;
- a bőbeszédűbb vagy érvényesülni kívánó csoporttagok átvehetik az irányítást vagy háttérbe szoríthatják a bátortalanokat.

„Te jössz!" technika

A vezető felvet egy kérdést, amire minden résztvevő válaszol, egymás után. A vezető minden válaszra reagál(hat).

Előnyei:

- Kis létszámú (kevesebb, mint 15 fő) csoportban jó lehetőség, hogy minden tag szóhoz jusson.
- Jó lehetőség, hogy az új tagok és a régiek egyaránt megszólalhassanak.
- Az új tagok egyenrangúnak érezhetik magukat a régiekkel.
- Kevesebb a meglepetés, a vezetőtől nem igényel nagy felkészültséget.

Fontos:

- Ha ezzel a technikával élünk, a beszélgetés nem lesz spontán, természetes. Van, aki nem szeretne beszélni, mégis úgy érzi, hogy elvárják tőle. Másnak pedig ki kell várnia a sorát, bár már hamarabb hozzászólna.
- Lehet, hogy valaki előtte már megfogalmazza azt a mondanivalót, amivel a foglalkozásra készült.
- 15 fő felett a sor végén lévőknek már alig van esélyük arra, hogy valami eredetit mondjanak.
- Sok taggal rendelkező csoport esetén az utolsók már nem jutnak szóhoz, vagy hosszúra, unalmasra húzódik a találkozó.
- A kommentárok ismétlődhetnek.
- A vezetőnek kevesebb lehetősége van a párbeszéd irányítására.

Segédeszközök, játékok használata

Darabokra vágott poszter hátára írhatunk kérdéseket a témával kapcsolatban. A darabokat kiosztjuk a résztvevők között, mindenki válaszol a kérdésre, a darabját pedig beilleszti a közösen kirakott képbe. A segédeszköz vagy játék elindíthatja a párbeszédet, melyet folytathatunk szabadon, vagy a „Te jössz!" technikával.

Előnyök:

- Az eszköz kiemeli a téma fontosságát, és a téma körül tartja a beszélgetést.
- Oldja a hangulatot, játékosan vonja be azokat is, akik nehezebben szólalnak meg.
- A csoport vezetője könnyebben a kezében tartja a kontrollt.
- A csoportfoglalkozás szinte „magától" halad.

Fontos:

- A fókusz áttevődhet a csoporttagok igényéről az eszközre.
- Vigyázni kell, hogy ne legyen az eszköz/játék hatásvadász, illeszkedjen jól a folyamatba.
- Különleges felkészültséget és előkészületeket igényelhet a csoport vezetőjétől.
- Csak jó minőségű, jól előkészített segédeszközt/játékot szabad alkalmazni.
- Unalmassá válhat, ha a csoporttagokat nem sikerül bevonni, és az egész találkozó e körül forog.
- A csoporttagok zavarba jöhetnek, ha úgy érzik, nem jól válaszolnak, nem jól oldják meg a feladatot.

II.
A nap zárása

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A KILENCEDIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

IV/10. HARMADIK NAP, 10. BLOKK (9.00–10.30)

Téma: Konfliktusok a csoportban

A blokk célja megismerni a csoportban megjelenő konfliktusok okait, és ezek kezelésének lehetőségeit. Tisztábban látni az ellenállás, a védekezési mechanizmusok mibenlétével kapcsolatban, és ismeretátadás a helyes visszajelzés technikáiról.

A blokk felépítése

I.
Megtapasztalni a csoporttagok sokszínűségét, és az e mentén esetleg előforduló konfliktushelyzetek kezelésének lehetséges módozatait *(„Találd ki, ki vagyok?" c. gyakorlat).*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Elhárító mechanizmusok

Az elhárító mechanizmusok fogalma Sigmund Freud nevéhez köthető.

Meghatározása

Az elhárító mechanizmusok tudattalan lelki működések, melyek célja megakadályozni a belső konfliktusokkal együtt járó feszültségeket, szorongásokat és ezen keresztül a személyiség épségének, integritásának és alkalmazkodó készségének megőrzése.

Az elhárító mechanizmusok fajtái I.

1. Elfojtás
Az elfojtás során a személy a számára fájdalmat vagy félelmet keltő memória tartalmat, vágyat kizárja a tudatából, úgy éli meg, mintha nem is létezne benne.
Viselkedési szinten a tagadás jellemzi, viszont a sikertelen elfojtás neurotikus tünetekben, pszichoszomatikus megbetegedésekben megjelenhet.

2. Tagadás
A zavaró érzések, vágyak és impulzusok aktív kiutasítása a tudatból.
Lényege a külső vagy a belső világ valamelyik elemének tudomásul nem vétele.
„Engem nem rúghatnak ki!" „Nem vagyok beteg."

3. Regresszió
Az érett felnőtt személyiség visszacsúszik egy korábbi alacsonyabb fejlődési szintre jellemző állapotba, viselkedésmódba.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Az elhárító mechanizmusok fajtái II.

4. Izoláció
Szigorú önellenőrzésből és önkontrollból fakadó érzelmi távolságtartás, érzelemmentesség.
Az indulati tartalom és az érzelem különválasztása jellemzi
Kényszeres tünetek.

5. Meg nem történtté tevés
Megtörtént események tagadása, az idő gondolati visszafordítása.
Gyermeki reakció. Mágikus gondolkodásra jellemző.

6. Projekció
A szorongás elhárításának az a módja, amikor az egyén indulatait, vágyait, konfliktusa kiindulópontját kivetíti magából, másoknak, a külvilágnak tulajdonítja.
A babonás gondolkodás és az előítéletek hátterében is megtalálható.

Az elhárító mechanizmusok fajtái III.

7. Reakcióképzés
Ellentétbe fordítás, kompenzáció.
Az elfogadhatatlan helyzetekre túlzott elfogadással reagál.
Pl. nem kívánt gyerekkel szembeni túlzott engedékenység, hogy bebizonyítsa magának, hogy jó anya.

8. Racionalizálás
Önáltatás.
Ha valami nehezen elfogadhatóval szembesülne, az egyén addig keres valami ésszerű vagy annak látszó magyarázatot, amíg elfogadhatóvá nem válik számára a valóság.

9. Identifikáció
Érzelmi azonosulás.
Felnőttkorban a más személyek teljes körű elfogadása a velük való konfliktusokat, a feszültséget előzi meg.

Az elhárító mechanizmusok fajtái IV.

10. Elaboráció

Adaptív feszültségcsökkentő módszer.

A feszültségteli helyzetek és indulatok kreatív úton, pl. képi fantáziában, művészi alkotásban vagy fogalmi gondolkodásban öltenek testet és így tudományos vagy művészi értéket is létrehozhatnak.

Ellenállás a csoportban

1. Hallgatás
2. Intellektualizálás (főként homogén szakmai csoportnál)
3. Általánosító távolítás („az emberek…”)
4. Áttolás („a főnök helyett otthon a kutyába rúg”)
5. Verbális agresszió (körülmények, vezetők, módszer, gyakorlatok bírálata)
6. Függőség a vezetőtől (regresszió)
7. „Megmentősdi” (konfliktus vagy vezetői értelmezés esetén megvédi a csoport a tagját)
8. Bűnbak képzés
9. Alcsoport alakítás (csoport vagy pár)
10. Komédiázás
11. Technikai ellenállás (munka helyett technikai kérdések boncolgatása)

Nehéz csoporttagok

- **A monopolista**
  Kényszeresen, egyfolytában fecseg.
- **A hallgatag**
  Passzív, külső megfigyelője csak az eseményeknek.
- **Az unalmas**
  Gátlásos, nem vállal kockázatot, hiányzik belőle a spontaneitás.
- **A megrögzött panaszkodó**
  Segítséget elutasítva panaszkodik.
  „Miért nem…? Igen, de…” – játszma.

Az ellenállás kezelése

- Nincs csoport ellenállás nélkül!
- Az ellenállásnak „énvédő” funkciója is van.
- De a személyiségfejlesztés egyik legfontosabb eszköze az, ha a védekező mechanizmusokkal is tudunk dolgozni a csoportban és erről is visszajelzést kaphatnak a résztvevők.
- Csoportmunkával szembeni ellenállás fokozatos tudatosításával az ellenállás átdolgozható energiaforrássá.
- Játékok, gyakorlatok alkalmazása.

Irodalom

- Brocher, T. (1979): *Csoportdinamika és felnőttoktatás.* Tankönyvkiadó, Budapest
- Rudas János (1990): *Delfi örökösei.* Gondolat, Budapest
- Rudas János (2009): *Javne örökösei.* Lélekben Otthon Kiadó, Budapest
- Yalom, I. D. (é. n.): *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata.* Animula Kiadó, Budapest

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A TIZEDIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV./11. HARMADIK NAP, 11. BLOKK (10.45–12.15)

Téma: A csoportvezető szerepe, feladatai, indulatáttétel

A blokk célja megismerni a különböző vezetői helyzeteket, a helyzettől függő vezetés elméletét és gyakorlatát.

A blokk felépítése

I.
A szituatív vezetés elméletének megismerése és a gyakorlatban való kipróbálása (*„Vezetői összerakós" című feladat).*

A szituatív vezetésről

A szituatív vagy másként helyzettől függő vezetés elmélete az emberek irányításának egy sajátos módszerét kínálja fel. Ennek segítségével a vezető a saját stílusát az egyes vezetett csoporttagok szükségleteihez igazíthatja egy konkrét feladat adott időpontjában. Így tud reagálni a csoporttagok képességeire, biztonsági igényére, és az időbeosztással kapcsolatos beállítódásokra.

4 vezetési alapstílus van:

I. stílus: Ha a vezetett nem rendelkezik valamiért a feladat megoldásához szükséges képességekkel, akkor a vezetője direkt módon kell, hogy irányítsa őt. Részletes és határozott instrukciókat kell adnia arról, hogy miként hajtsa végre a feladatot.

II. stílus: Ha a vezetett bizonytalan, vagy kevéssé motivált a feladat elvégzésére, akkor a vezetőnek támogatólag kell fellépnie. Bátorítania kell a csoporttagokat, hogy biztonságot érzékeljenek, és nagyobb kedvvel végezzék a feladatot.
Mindezek mellett itt is direktívnek kell lennie és részletes instrukciókat kell adnia.

III. stílus: Ha a vezetettnek megvannak a képességei a feladat megoldásához (vagy az eddigi együttműködés során már kialakultak a szükséges képességei), a vezetőnek egyre kevesebb direkt instrukciót kell adnia. Emellett lehet, hogy erős érzelmi támogatásra itt is szükség van.

IV. stílus: Optimális esetben a vezetett képességei és magabiztossága is stabil, így a vezető részéről nincs szükség se direkt irányításra, se bátorításra.

Egy vezető alkalmazhatja ezt a modellt akár a csoportra mint egészre, vagy differenciáltan és egyénre szabottan, az aktuális faladatoknak megfelelően. Ez a szemlélet lehetővé teszi a vezetettekhez és a feladathoz való rugalmas alkalmazkodást.

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A TIZENEGYEDIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

IV/12. HARMADIK NAP, 12. BLOKK (13.00–14.30)

Téma: Csoport-szimulációs feladat

A blokk célja gyakorlati tapasztalatot szerezni a csoport élményről, csoportvezetés feladatáról.

A blokk felépítése

I.
Csoportszimulációs gyakorlat.

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A TIZENKETTEDIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IV/13. HARMADIK NAP, 13. BLOKK (14.45-16.15)

Téma: Összegzés, zárás, vizsga, értékelő lapok kitöltése

A blokk célja a három nap élményeinek összegzése, a csoportos munka alapján levont tanulságok megbeszélése, és az egymástól való elköszönés.

A blokk felépítése

I.
Visszajelzés a csoporttagoknak egymáshoz, elköszönés. *(Visszajelző legyező)*

II. FELADAT
Összegzés, lezárás, mit tanultam? Vizsga, értékelőlapok kitöltése. Zárókör.

A RÉSZTVEVŐ JEGYZETEI A TIZENHARMADIK BLOKKHOZ KAPCSOLÓDVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

V. BIBLIOGRÁFIA

Felhasznált és ajánlott irodalom:

- Brocher, T. (1979) *Csoportdinamika és felnőttoktatás*. Tankönyvkiadó, Budapest
- Csepeli György (szerk). (2001) *Szociálpszichológia*. Osiris Kiadó, Budapest
- Luban – Ploza, B. – Dickhaut, H. H. (1986) *Bálint csoportok gyakorlati kérdései*. Medicina Kiadó, Budapest
- Máté Gábor (2013) *A sóvárgás démona*. Libri, Budapest
- Lakatos Szilvia [et al.] (2007) *Egyenlőség, egészség és a roma/cigány közösség*. Khetanipe for the Roma Unity Association, 19–20. http://ec.europa.eu/health/ph_projects/2004/action3/docs/2004_3_01_manuals_hu.pdf (Letöltve: 2013. november 12.)
- Réger Zita (2002) *Utak a nyelvhez – Nyelvi szocializáció – nyelvi hátrány*. Soros Alapítvány és MTA Nyelvtudományi Intézet, Budapest
- Roderick R. Stuart (1999) *Csapatépítő játékok trénereknek*. Műszaki Könyvkiadó, Budapest
- Rudas János (1990) *Delfi örökösei*. Gondolat Kiadó, Budapest
- Rudas János (2009) *Javne örökösei*. Lélekben Otthon Kiadó, Budapest
- Rudas János (szerk.) (é. n.) *Önismereti csoportok*. Animula Kiadó, Budapest
- *The New La Leche League International Leader's Handbook* (1994) La Leche League International
- Yalom, I. D. (é. n.) *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata*. Animula Kiadó, Budapest

A kiadvány megjelenését a GYEMSZI és az OTH konzorciumában megvalósuló
TÁMOP-6.1.4/12/1-2012-0001 Koragyermekkori (0–7 év) program biztosította

ISBN 978-615-80062-1-7

Felelős kiadó a Gyógyszerészeti és Egészségügyi Minőség- és Szervezetfejlesztési
Intézet főigazgatója: dr. Török Krisztina
Felelős szerkesztő: dr. Török Krisztina

A műszaki szerkesztés, a borítótervek és a tördelés a Pátria Nyomda Zrt. munkája

A könyv a Pátria Nyomdában készült, 215 példányban Budapesten
Felelős vezető: Orgován Katalin vezérigazgató