

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ GRUPOWYCH PROWADZONYCH PRZEZ SPECJALISTĘ PRACY SOCJALNEJ W RAMACH „PAKIETU OPIEKI WYTCHEMIOWEJ”

### Nr 7 – zajęcia wsparciowe

**TEMAT:** „Komunikacja to nie tylko mówienie”

**CZAS ZAJĘĆ:** 120 min.

**ADRESACI ZAJĘĆ:** grupa opiekunów zależnych seniorów.

**CEL:** Podniesienie świadomości, wiedzy i umiejętności na temat komunikacji międzyludzkiej i jej znaczenia w prawidłowym pełnieniu roli opiekuna osoby niesamodzielnej i zachowania dobrostanu własnego.

### PROGRAM ZAJĘĆ:

1. Przywitanie uczestników, rundka otwierająca spotkanie grupowe oraz „przeźren” na pytania i wątpliwości/przemyślenia treści poprzedniego spotkania grupowego.
2. Krótkie wprowadzenie do tematu i ćwiczenie na rozgrzewkę „Głuchy telefon” – podsumowanie ćwiczenia z omówieniem barier komunikacyjnych, jakich doświadczyły opiekunki w trakcie ćwiczenia.
3. Mini wykład na temat komunikacji werbalnej oraz niewerbalnej. Zademonstrowanie i podanie przykładów sprzecznych komunikatów. Omówienie, na przykładach, znaczenia używania słówka NIE w komunikacji (np. *nie krzycz* vs *mów ciszej* lub *nie kłam* vs *mów prawdę*) oraz słów: DLACZEGO, ALBO NIGDY – ich wpływ na „jakość” komunikacji.
4. Omówienie schematu kwadratu komunikacji wg von Thuna. Utrwalenie wiedzy i ćwiczenie jej na przykładach podanych przez uczestniczki spotkania grupowego.
5. Podsumowanie ćwiczeń i dyskusji oraz przeprowadzenie rundki końcowej, zamykającej spotkanie.
6. Zwiastun tematu następnego spotkania i zaproszenie do części „warsztatowej” nauki wytchnienia dla siebie – rękodzieło – wykończenie i przyozdabianie serc wykonanych z papierowej wikliny w połączeniu z elementami muzykoterapii.

**FORMY:** praca grupowa i praca indywidualna.

**METODY PRACY:** zajęcia prowadzone metodami aktywizującymi połączone z dynamiką ruchu oraz z mini wykładem, dyskusją, omawianiem przykładów

podanych przez uczestników spotkania grupowego.

**ŚRODKI DYDAKTYCZNE / MATERIAŁY:** flipchart, kolorowe flamastry, wykorzystanie przestrzeni i wyposażenia lokalu.

Do części warsztatowej: kwiaty, wstążki drobne ozdoby; do muzykoterapii – nagrania przyniesione przez uczestniczki – i wspólne ich wysłuchanie.