

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

Nr 8 – zajęcia wsparciowe

TEMAT: „*Role, więzi, relacje – a funkcjonowanie opiekuna i jego wpływ na dobrostan zależnego seniora*”

CZAS ZAJĘĆ: 120 min.

ADRESACI ZAJĘĆ: Grupa opiekunów zależnych seniorów.

CEL: Pomoc w zrozumieniu sytuacji, w jakiej funkcjonuje opiekun osoby niesamodzielnej wynikającej z konfliktu ról, sprzecznych oczekiwań, skłonności do zamartwiania się i braku nadziei. Znaczenie słowa „PO-MOC.”

PROGRAM ZAJĘĆ:

1. Przywitanie uczestników, rundka otwierająca spotkanie grupowe.
2. Przedstawienie tematu i mini wykład wprowadzający do tematyki *rol, więzi i relacji* oraz funkcjonowania w *konflikcie ról*.
3. Wypowiedzi uczestniczek, poparte ich wiedzą i doświadczeniami – wymiana doświadczeń, kreowanie nowych sposobów radzenia sobie w sytuacjach konfliktu ról.
4. Ćwiczenie „rozplątywanie splątanej nici życia” - co mi pomaga, a co utrudnia - zamartwianie się jako tendencja do widzenia „czarnych scenariuszy” i doświadczania chronicznego lęku związanego z opieką nad zależnym członkiem rodziny vs znaczenie nadziei w życiu człowieka.
5. Podsumowanie dyskusji i przeprowadzenie rundki końcowej, zamykającej całość spotkań grupy wsparcia, ćwiczenie ewaluacyjne:” co – ze *spotkań grupowych* – *zabierasz do kieszeni* (do wykorzystania natychmiast, bądź już zostało wdrożone), *a co do szuflady* (uważasz, że może się przydać do wykorzystania w przyszłości)?
6. Zaproszenie do części „warsztatowej” nauki wytchnienia dla siebie – propozycja – wykonanie kompozycji z żywych kwiatów „Las w słoiku” jako żywej pamiątki ze spotkań grupowych.

FORMY: praca grupowa i praca indywidualna.

METODY PRACY: zajęcia prowadzone metodami aktywizującymi połączone

z mini wykładem, dyskusją.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE / MATERIAŁY: flipchart, kolorowe flamastry, kłębek włóczki, nożyczki, igły; kartki A4, duża szuflada i duża kieszeń.

Do części warsztatowej: duże słoje/wazon, ziemia, piasek, drenaż, żywe rośliny doniczkowe, ozdoby: (kamienie, mech reniferowy, ozdoby dekoracyjne).