

Urbán Éva Izabella

A „Társas énünk – Társaságunk!”

című személyiség- és közösségfejlesztő projekt bemutatása

Az Emberi Erőforrások Minisztériuma támogatásával „Társas énünk – Társaságunk!” címmel indított ifjúsági projektet a szegedi DÉLI HORIZONT - Szülők, Gyermekek, Fiatalok a Holnapért Egyesület. A projekt arra az igényre reagált, miszerint a fiatalok olyan helyre és programra vágytak, ahol nem a zajos és drogoktól veszélyeztetett *szórakozóhelyre* lépnek kikapcsolódni a tanulás végeztével, hanem egy olyan helyre, ahol értelmes és hasznos együtt töltött időt mondhatnak magukénak, ahol igazi jó barátokká és olyan csoporttá válhatnak, amelynek tagjai később is szívesen fordulnak egymáshoz.

Célcsoport

Célcsoportunkba tartoztak a 10-14 év közötti fiatalok, különös tekintettel a nagycsaládban élőkre, a hátrányos helyzetűekre, az egyszülős családban élőkre, a rendkívüli gyermekkedvezményben részesülő gyermekekre. Kiemelt figyelmet fordítottunk fogyatékkal élő tagjainkra, valamint minden csoporttag bekerülési és részvételi esélyegyenlőségének biztosítására.

A program konkrét célja, módszere

A program konkrét célja és egyben módszere volt a közösségépítés, amelyet egyéni fejlődésen keresztül – egy fejlesztő folyamat részeként – mindennapi életünkben merített helyzetgyakorlatokkal, csoportjátékokkal és a „nem-formális tanulás” játékos elemeivel valósítottunk meg.

Az előkészítés már 2010 óta folyt. Egy korábbi projekt megvalósítását megelőzően már létrejött kortársklub összeszokott fiataljainak bevonásával kezdődött: így a fiatalok gyors önszerveződéssel hamar készen álltak a programra. A

21 fő jelentkező többsége nagycsaládban élő vagy egyszülős családban nevelkedő vagy hátrányos helyzetű gyermek volt. A csoportban fogyatékkal élő fiatalok is részt vettek. A kezdetektől fontos feladatunknak tekintettük a fiatalok formális és informális tanítását, valamint testi-lelki egészségének védelmét és fejlődését, identitásuk erősítését a közösséghez tartozás élményén keresztül.

A projekt társadalmi háttere

A rendszerváltás után az átmeneti krízis következtében a munkahelyek körülbelül harmada szűnt meg hazánkban. A lakosság jelentős része elszegényedett, aminek egyik alapvető oka a munkanélküliség növekedése. Sok családban hamarosan a harmadik generáció nő fel munka nélkül. A magyar társadalomban robbanásszerűen megnöttek a jövedelmi és szociális különbségek, ezért a lakosság harmada szegénynek számít, több mint tizede tartósan leszakadt a társadalomról, és kirekesztettségben él. A válság körülményei között a helyzet tovább rosszabbodott. Nem csupán a mélyszegénység jelent problémát, hanem az „alsó középosztály” egy részének elszegényedése, veszélyeztetettsége is.

Kik a veszélyeztetettek?

Magyarországon a szegények többnyire a következő csoportokból kerülnek ki (European Social Watch Report, 2010):

- a tartósan munkanélküliek és részidőben foglalkoztatottak (a munkanélküliek 48%-a szegény);
- a 6–700 ezer cigány ember nagy többsége nyomorog;
- a gyermekes családok 41%-a, nagycsaládosok 60%-a, az egyszülős csonka családok 45%-a szegény;
- a nyugdíjasok 50%-a számít szegénynek; még ha

aktív korukban jól is kerestek, jelentős jövedelem-csökkenést szenvednek el;

- várhatóan a jövőben emelkedik majd az olyan munkanélküliek, illetve feketemunkára kényszerítettek száma, akik nyugdíj nélkül, vagy alacsony nyugdíjjal öregednek meg;
- gyakran nyomorognak a tartós betegségben szenvedők, a fogyatékkal élők;
- teljesen kiszolgáltatottak a hajléktalanok.

Ehhez adódik az elszegényedő „alsó középosztály”, amelynek tagjai minden erővel igyekeznek elkerülni a szegénységet, de jövedelmük szűkössége miatt egyre többen küzdenek napi megélhetési gondokkal.

A projekt társadalmi környezete

A munkanélküliség és szegénység tekintetében hatalmas regionális különbségek figyelhetők meg. A dél-alföldi régió, közelebről Csongrád megye, munkaerő-piaci szempontból a közepesen nehéz helyzetben lévő területek közé tartozik. A munkanélküliség olyan társadalmi probléma, amely az egyének és családok gazdasági, szociális, pszichés és mentális egyensúlyát fenyegeti.

A napjainkig tartó folyamat következtében igen sok gyermek szülei kiesnek a munka világából. Igen veszélyes modell az az életminta, amelyet a gyermek kap a munkahelyi elfoglaltság és kötött időbeosztás nélkül élő, gondterhelt, boldogtalan és megélhetési problémákkal, jövőtől való félelemmel küzdő szülőtől. A kiskorút segíteni kell, hogy az ő életében ne ismétlődhessenek meg ezek a negatív folyamatok.

Tapasztalataink szerint a szülő rendkívül magára hagyott élete talán legfontosabb feladatának végzésében, a gyermeknevelésben. Ebből adódóan igen sok a céltalan és magányos gyermek a tizenévesek között. Sokan közülük mégis, megfelelő időben történő, szakszerű segítség és irányítás mellett megtalálhatják pozitív életcéljaikat, megfelelő társakra lelhetnek.

Különösen nehéz helyzetben vannak azok a szülők, akik sajátos nevelési igényű gyermeket nevelnek. Amellett, hogy sokszor problémájukkal magukra maradnak, családi életük felborul, és kapcsolataik egy része tönkremegy; még tágabb környezetük esetleges megbélyegzésével is meg kell küzdeniük. Számukra különösen nagy segítség a pszichés és mentális problémák szakszerű oldása, gyermekük megfelelő és elfogadó közösséghez való tartozása.

A 10-14 év közötti, kamaszkor küszöbén álló, azt követően pedig az ifjúkor életszakaszába lépő fiatal folyamatos, értő odafigyelést, aktív kommunikációt, értékközpontú és értékteremtő foglalkozást igényel. Mindez hozzájárulhat ahhoz, hogy később kiegyensúlyozott és aktív tagja legyen a társadalomnak. Programsozozatunk feladatául jelöltük meg, hogy a projekt a tágabb és a szűkebb lakóhely, és lakókörnyezet szeretetére neveljen, biztosítsa a szabadidő hasznos eltöltésének lehetőségét, és járuljon hozzá a gyermekek egészségmegőrzéséhez, továbbá a közösség erősödéséhez. A kiegyensúlyozott, harmonikus gyermekből néhány év múlva hasonló felnőtt válhat, a kiegyensúlyozott fejlődéshez pedig elengedhetetlen a közösségi együttlét és játék öröme.

Jelen cikk további részében azokat a szociális, mentálhigiénés, valamint pedagógiai munkákat és eredményeket szeretném bemutatni, amelyek egy személyiségben fejlettebb gyermekhez, kiegyensúlyozott és harmonikus szülő-gyermek kapcsolathoz, valamint stabil értékrend és szemléletmód kialakulásához vezethetnek.

A foglalkozások vezetésének módszereit a nem-formális módszerok jellemezték: az interaktív prezentáció, a szituációs és szerepjátékok, az irányított beszélgetés, az egyéni feladatok és konzultáció, a strukturált páros és csoportmunka. A játék, az érzelmek ereje döntő hatása a tanulásban, már az ókorban így vélekedett erről *Platón*: „Kerüljük a kényszert, s hagyjuk, hogy a gyerek örömmel tanuljon. A gyerekek játékok révén okosodnak, a kényszeres okítás nem jut el a lelkükig.” Projektünk minden részlete bizonyosságul szolgált annak a szintén platóni idézetnek, hogy „A gyermek lelkületének szüksége van a játékra”. Minden gyerek nagy örömmel, érdeklődéssel és lelkesedéssel vesz részt egy közös, érdekes és vidám játékban. Hát még akkor, ha a tanulás folyamatát nem is érzékeli benne! Ha az ismeretanyag óvatos lépések sorozataként, lopva kerül át az ő tudástárába, akkor tulajdonképpen észrevétlenül, belső ellenállás nélkül, mi több: nagy motivációval sajátítja el a nehéz, számára addig kivitelezhetetlennek tűnő, bonyolult kommunikációs feladatokat is. Mi a titok nyitja? A felnőtt vezető rátermettsége és felkészültsége: a módszertani tudás mellett nagy odafigyelés, nyitottság, és apró segítségnyújtások sora.

A közösségfejlesztési és önismereti csoportban zajló játékokat a szakirodalomban strukturált gyakorlatnak is nevezik. Rudas (2004) idézi Middelmant és Goldberget, akik a strukturált gyakorlatot úgy határozták meg, mint egy tanulási helyzetet, amely olyan zárt rendszer, amit a csoportvezető szándékosan szerkesztett meg és hozott mozgásba. Volt egy, a tagok beszélgetésétől, interakcióitól jól elkülöníthető feladat, „játék”, amely megvalósításához az egyik csoportvezető utasításai adták a keretet. (Rudas, 2004.)

A közösségépítés és egyéni fejlődés – egy fejlesztő folyamat részeként – valós éle-tükből merített helyzetgyakorlatokkal, annak megoldandó feladataival, csoportjátékokkal a „nem-formális tanulás” játékos elemeivel zajlott. Fogyatékkal élő tagjaink képességeikhez mérten végezték a feladatokat, külön figyelmet fordítva arra, hogy számukra is garantált lehessen a sikerélmény.

A csoportdinamikai történések biztosították a csoport személyiségformáló hatását. A játékok, a strukturált gyakorlatok alapvetően négy célt szolgálhattak a csoportban: az első, kezdetben legfontosabb cél volt a feszültség oldása és a csoportmunka elindításának megkönnyítése.

Második célunk volt, hogy csoportunknak tükröznie kellett a különböző rejtett csoportdinamikai jellegzetességeket, mint például a párképződés. Természetesen a játék önmagában nem váltott ki csoportdinamikai folyamatokat, de a meglévőket nyitotta tehettük általa. Ez természetesen azzal járt, hogy a csoportvezetőknek fel kellett ismerniük a csoportban zajló rejtett folyamatokat, hogy megfelelően tudjanak választani.

A harmadik cél az öntapasztalás megismerése és a különböző készségek fejlesztése volt, hiszen a játékok segítségével megtapasztalhatjuk, hogy milyenek vagyunk, és alkalmunk nyílik bizonyos képességeket, készségeket gyakorolni. Ide sorolhatóak például a kreativitást, a nem verbális kifejezőkészséget, az emóciók fejlesztését, vagy az önkép, önismeret, társismeret növelését szolgáló feladatok.

Negyedik célunk volt a csoportfoglalkozások tartalmas befejezésének megkönnyítése, a hazatérés és a visszatérés lehetőségének tudatosítása. Erre szolgáltak a kötetlen játékidők, a beszélgetések a foglalkozások során.

Szerepjáték

A szerepjáték alkalmas az empátia és a pro-szociális magatartás fejlesztésére. A gyerekek nagyon kedvelik a megszemélyesítő, megelevenítő, dramatizáló cselekvésközpontú tevékenységeket. Lehetőség adódik, hogy több szerepet és funkciót játsszanak el, sokféle helyzetben kipróbálják magukat. Fontos a játéksituáció megbeszélése, a szerepek minél életszerűbb eljátszása (Némethné, 2008).

A végén minden esetben térjünk át a megbeszélésre! A megfigyelők, akik éppen nem játszanak, megfigyelik a szerepjátékosok érzelmeit, és aktívan részt vesznek a szerepjáték megvitatásában. Én-üzenetek megfogalmazásával mondják el gondolataikat (úgy éreztem..., az volt a benyomásom...). Szabadon intézhetnek egymáshoz kérdéseket.

Történetek megbeszélése

A történetek megbeszélésekor olyan szituációkat ismertetünk meg a gyerekekkel, amelyekben az elsajátítandó képességek szerepelnek. Az azt követő megbeszélések nagyon jó lehetőséget biztosítanak a hallottak értelmezésére, elemzésére.

Az eredményes kommunikáció

Az eredményes kommunikáció elsajátításához a gyerekeknek meg kell tanulniuk megfelelően közölni gondolataikat, és a lehető legpontosabban megérteni a beszélő szándékát. Mivel a kommunikáció nem csupán verbális úton, hanem nonverbális módon is történhet, különösen fontos, hogy felismerjék a legalapvetőbb nonverbális jelzéseket, és gyakorolják kifejezni azokat (testtartás, gesztusok, mimika, szemkontaktus). (Némethné, ibid.)

Asszertivitás

Az asszertivitás elengedhetetlen a sikeres kommunikációhoz, ahhoz, hogy képesek legyünk önérvényesítően, vagyis egyenlő partnerként, udvarias és elegáns, de egyértelmű magabiztossággal viselkedni. Azt is jelenti, hogy magunk döntjük el, elmondjuk-e véleményünket, szo-



rongás nélkül kiállunk-e saját jogainkért anélkül, hogy közben mások jogait megsértenénk, vagy másokban szorongást keltenénk. Az aszertivitás nem agresszív és nem megalázkodó. Igen sok embernél akadályokba ütközik a szorongás nélküli kiállás önmagáért, vagy egy képviselt érdekért. Vagy valóban sérti mások jogait – ilyenkor közlése, viselkedése túl önös, direkt, olykor agresszív –, vagy attól fél, azt képzei, hogy már pusztán a magabiztos fellépés és önérvényesítés is sérti a másik embert. (Némethné, ibid.)

Tervezés – együttesen!

A projekt sikeréhez hozzásegített bennünket az a többlépcsős gyakorlatsor, amely a társadalmi életből hozott aktív szituációkon keresztül élénken megvilágította a későbbi felnőtt élet kihívásait. A gyakorlatsor része volt a játék, a közösségi működés örömeinek megtapasztalása. A közös élmények érzelmi telítettsége még hatékonyabbá, eredményesebbé tette a munkát. A legnépszerűbb gyakorlatok az alábbiak voltak:

- álmotthon, álomváros, álomország, álmvilág – kiscsoportos munkaforma, projekt, ezt követően plakátkiállítás, a kommentálás lehetőségével;
- történet bábokkal megjelenítve;
- közös történetírás előre megadott szavakból – egyéni, illetve kiscsoportos munkaforma, projekt, a megírt történetek előadása;
- közös némajátékok – kiscsoportos munkaforma, projekt.

Személyes fejlődést segítő beszélgetés

Bebizonyosodott, hogy, a projekt gyakorlatai milyen ragyogó eredményeket hoznak a tanácsadó, fejlesztő, segítő, esélyegyenlőséget megjelenítő tevékenységek megismerésében, kipróbálásában. A közösségben kialakult az az érzelmi biztonság, amely szükséges volt ahhoz, hogy a gyermek, a kamasz a saját életében szükséges probléma esetén megfelelő szakembertől tanácsot kérjen és kaphasson. Reményeink szerint a későbbiekben erre a tapasztalatra majd minden olyan nevelési helyzetben építeni lehet, amelyben négy-szemközt beszélgetésre van módunk.

Társasjátékok

Mindezek mellett a közösség összetartásában nagyon fontos szerepük volt a kötetlen társasjátékoknak. Ez később, a projekt zárása után, különösen a hosszabb, tanítás nélküli időszakokban lesz fontos, amikor semmilyen egyéb választható program nem adódik. Lehetőséget teremt, hogy szívesen és bizalommal térjenek be újra a gyermekek és a fiatalok.

Módszerek és gyakorlatok együttes alkalmazása

A felsorolt technikák, módszerek és gyakorlatok helyzetnek megfelelő rugalmas megtalálása, váltása, együttes alkalmazásuk eredményezheti a kompetenciák hatékony fejlesztését. Kiemelt szerepet kap az együttműködés, a problémamegoldó képesség, a kreativitás és a motiváció fejlesztése.

A távlati hatások

Jól láthatók a földrajzi értelemben vett hatások abban, hogy a különböző lakhelyről érkezett gyermekek áthidalva a távolságot, kapcsolatba tudtak egymással lépni, barátságuk később is megmaradt és a kortársklub tevékenysége során folytatódhat. Tervezetten: közös nyári program szervezése. A gyerekek megszokták a helyszínt, a közös találkozásokat, s programon kívül is szerveznek ide találkozót. A játékok igazi összetartó erőt képeztek közöttük.

A projekt zárása után szerettünk volna visszajelzést kapni arról, hogy a konfliktuskezelés, az aszertivitás, a problémamegoldás terén vajon fejlődtek-e fiataljaink. A fejlődésüket nyomon követő kérdőívekből kiderült, hogy sokuknak adtak mindehhez mintát a projekt során eljátszott szituációk, bábjeleket tanulságai. Nagy sikert aratott az Activity társasjáték, amelyet – a gyerekek nagy örömeire – a legtöbb foglalkozás kezdetén és végén játszottunk. Már a játékon keresztül is határozottan észrevehető volt a csoport kommunikációs és empatisz fejlődése és összehangolódása. Visszatérve Plátón soraihoz: „Többet megtudhatsz másokról egy óra játék, mint egy év beszélgetés alatt”.

A projekt közvetett, távlati eredménye, hogy hozzájárulhat ahhoz a személyiségfejlődési folyamathoz, ami elősegíti, hogy később egy kiegyensúlyozott, harmonikus, a környezetét és társait szerető, aktív munkaerő és önkéntes váljon a hajdani gyermekből, aki szívesen alapít majd családot, nevel gyermekeket.

Sikeresen megvalósított szakmai programunk által a pályázati programban kijelölt célcsoport felé olyan értékeket tudunk közvetíteni, mely által a fiatalok megismerték a közösségben levő értékeket és erőforrásokat, melyeket mindennapi életükben sikeresen használhatnak. A közösséggé formálódás elősegítésén túl játékos formában drog- és más szenvedélybetegségek prevenciója, egészséges életmód és életvitel, folyamatos mentális felügyelet valósult meg.

A csoportot minden alkalommal 2 fő vezette: Bálint József szociális munkás, helyi ifjúsági munkás, aki a „Képzők képzője/Önfejlesztés” témakör szakterületen szerzett végzettséggel rendelkezik, és Urbán Éva Izabella, mentálhigiénés szakember, gyermek- és ifjúságvédelmi szaknácádó, középiskolai tanár.

Következtetések

A kezdeti céloktól a megvalósításig vezető út első lépése, hogy legyen néhány aktív gyerek, aki szereti a játékos időtöltést, a játékos tanulást, aki társai iránt érdeklődik. Ez az az alap, ami nélkülözhetetlen.

A következő lépés a gyakorlatok tervezése, melyeknek az életkorhoz, az érdeklődési körhöz igazodniuk kell. A gyermek, aki érzi, hogy figyelnek rá, érdeklődnek iránta, segíteni akarnak neki, az szociálisan is, mentálisan is, de egyéb kompetenciáit tekintve is óriási fejlődésre képes. Érzelmileg kitarul, nyitott és befogadó lesz. A kellemesen együtt töltött időre mindig szívesen emlékszik majd, s meglevenedik benne a nem-formális tanulás útján szerzett tapasztalati tudás, a közösségi tevékenység során átélt számtalan sikerélmény.

Meggyőződésünk, hogy a projekt során tapasztalt és gyakorolt minták meghatározhatják a felnövekvő nemzedék egyéni és társas viselkedését, konfliktus- és problémamegoldó készségét.

Felhasznált irodalom

Csongrád Megyei Kormányhivatal Munkaügyi Központ
<http://www.csmmk.hu/public/tortenetunk/>

European Social Watch Report (2010),
 letölthető: <http://www.socialwatch.eu/wcm/home.html>

Hadinger, Boglarka (2006): *Bátorság az élethez*, Budapest, Jel Kiadó

Németh Erzsébet (2002): *Az önismeret és a kommunikációs
 készség fejlesztése*, Budapest, Századvég Kiadó

Németh Gáborné Doktor Andrea (2008): A szociális
 kompetencia fejlesztésének lehetőségei az iskolában. Új
 Pedagógiai Szemle, 58. évf./1. sz.

Platón (1984): *Platón összes művei I-III.*, Budapest, Európa
 Könyvkiadó

Rudas János (2004): Technikák, irányzatok, alkalmazások. In
Delfi örökösei, Budapest, Gondolat Könyvkiadó

Simonyi Ágnes (2009): *Társadalmi egyenlőtlenségek
 Magyarországon*, Budapest, Szociálpolitikai és Munkaügyi Intézet

Statistikai Tükör (2008): *Laekeni indikátorok 2008*, A
 társadalmi kirekesztődés nemzetközi összehasonlítására
 szolgáló jelzőszámok, No. 142., Budapest, KSH

Sütőné Koczka Ágota (2004): A szociális készségek fejlesztése
 kamaszkorban. Új Pedagógiai Szemle, 54. évf./4. sz.

A gyakorlatok forrásai:

Bagdy Emőke – Telkes József (2002): *Személyiségfejlesztő mód-
 szerek az iskolában*, Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó

Rudas János (2004): *Delfi örökösei*, Budapest, Új Mandátum
 Könyvkiadó

Varga Irén – Gönczi Károly – Pintér István (2008): Önismereti
 Játékok Gyűjteménye, Debrecen, Pedellus Kiadó



Baranyai Szilvia