

Rozwijanie umiejętności społecznych

„Mądrość, miłość, dobroć, piękno, prawda, uczciwość, honor to kluczowe wartości uniwersalne wyznaczające kierunek dążeń edukacyjnych”

myśl z pedagogiki humanistycznej

Obszarem naszych zainteresowań – jest to, co najważniejsze w rozwoju człowieka przekraczającego trudne granice między dzieciństwem a dorosłością – czas adolescencji.

Program warsztatów, które oferujemy młodzieży, odpowiada na niektóre pytania, jakie zadają sobie rodzice, pedagodzy, wychowawcy młodzieży: co to jest skok pokwitaniowy, jakie rodzą się zmiany w funkcjonowaniu w środowisku społecznym, dlaczego trudno „dotrzeć”, coś „wy tłumaczyć”, czy skłonić do „refleksji”, dlaczego ten czas to ciąg konfliktów, wzajemnego niezrozumienia i niezadowolenia? W niniejszym artykule odpowiemy po części na te pytania, a także zachęcimy do wzięcia udziału w nowych warsztatach, (które wiążą się ze wspomnianą tematyką) o nazwie: „Rozwijanie umiejętności społecznych”.

W okresie dorastania mamy do czynienia z tzw. skokiem pokwitaniowym. W organizmie dziecka zachodzą gwałtowne zmiany pod względem fizycznym, jak również w układzie nerwowym. Rosną i różnicują się potrzeby społeczne. Osłabieniu ulegają kontakty z rodzicami; wyraźnie słabnie ich autorytet na rzecz wzrostu znaczenia grup rówieśniczych. Dorastający człowiek chce aprobaty, uznania, jest bardzo podatny na różne oferty, nowości.

To etap, w którym doskonalą się procesy myślenia, a przeżycia uczuciowe są bardzo intensywne. (Szczukiewicz, 1998). Silne jest pragnienie niezależności, ale z tym wiąże się utrata bezpieczeństwa i bezkarności. To musi budzić poważny niepokój. Wzmaga się krytycyzm, odczucia ambiwalentne. Pojawia się konieczność radzenia sobie z konfliktami wynikającymi z różnorodnej oferty wartości czy idei, jakie dostarcza rodzina, szkoła, grupy rówieśnicze, media.

„Wioska globalna”, w której żyjemy, cud techniki i dostępność informacji, chaos w świecie, trudności w kategoryzowaniu pojęć może prowadzić do bezrefleksyjnego przyjmowania wiadomości, niechęci do poznania, zrozumienia i przewidywania. Nie bez znaczenia więc jest poziom intelektualny człowieka i zdolność do przeprowadzania skomplikowanych operacji myślowych.

Poważnym zagrożeniem dla rozwoju społecznego dziecka są uprzedzenia i związane z nimi aspołeczne zachowania, przez co zyskuje ono złą reputację. Środowisko wyrabia sobie złą opinię o nim, a to prowadzi do negatywnego pojęcia własnego „ja” (Hurlock, 1985). Ujemnie na pojęcie własnego „ja” wpływa niezadowolenie z siebie i z roli, jaką się pełni w grupie społecznej. Taka osoba często czuje się wyizolowana, odrzucona, nieakceptowana.

Dzieci zdolne dużo lepiej od dzieci mniej zdolnych potrafią na podstawie obserwacji zachowania i wypowiedzi innych ludzi odkryć uczucia, jakie wobec nich żywią.

Cechą człowieka jest jego indywidualność. To wypadkowa właściwości dziedzicznych, osobistych doświadczeń i wpływu środowiska społecznego. Zdarza się jednak, że w wyniku presji społecznej (aby być aprobowanym, aby uniknąć dezaprobaty) człowiek modeluje swoje zachowanie. Czasami są to pożądane zmiany, czasami jednak nie – wymogi grupy są silniejsze niż dążenie do własnego rozwoju.

W okresie adolescencji dużą rolę odgrywa identyfikacja z określoną grupą, jej członkowie upodabniają się do siebie (obowiązująca fryzura, strój, preferowany rodzaj muzyki, głoszenie określonych poglądów i związane z nimi określone demonstracyjne zachowania) i tym samym tworzą uogólniony wizerunek grupy własnej. Siła grupy własnej polega na tym, że poglądy jednostki tym większą mają wartość, gdy dzielają je osoby jej podobne, a wpływ społeczny będzie bardziej zaznaczony, kiedy są odzwierciedleniem działania tej grupy. Grupy są skłonne do faworyzowania swoich przedstawicieli, a tym samym często zniewolone uprzedzeniami i tendencją do dyskryminacji grup obcych. Zwykle błędnie interpretują jej system wartości i zachowania ponieważ patrzą przez pryzmat własnych – znanych, bezpiecznych, zrozumiałych.

Trudności z komunikowaniem się, niechęć do wysiłku, żeby zrozumieć myśli, działania i intencje drugiej osoby czy grupy, przywiązanie do raz poznanych i utrwalonych kategorii oraz strach przed nową negatywną oceną swoich doświadczeń i swojego stylu życia to droga do funkcjonowania w ciasnych ramach, ubóstwa poznawczego, jałowości w spostrzeganiu drugiego człowieka, widzeniu przez pryzmat stereotypów, uprzedzeń i dyskryminacji.

Inteligencja generalnie wpływa na postawę tolerancyjną. Inteligencja to zdolność rozumienia otaczających sytuacji i znajdowania na nie właściwych, celowych reakcji. To także zdolność do wyciągania wniosków, ciągłego uczenia się i przeciwstawiania się, a także umiejętność przewidywania konsekwencji. Empatia, wgląd społeczny pozwalają patrzeć na sprawy z punktu widzenia drugiej osoby, ale i też krytycznie spojrzeć na samego siebie, weryfikując własne działania. Tolerancja natomiast to inaczej danie prawa drugiemu człowiekowi posiadania własnych poglądów oraz do własnego działania, choćby innym mogłoby się ono wydawać nierozsądne, śmieszne, godne potępienia.

Te działania powinny ściśle wiązać się z dbałością o kształcenie i wychowanie młodzieży, nacisk kładąc na oryginalność oraz swobodę i wolność w myśleniu oraz w końcu na otwartość, za którą kryje się inteligencja, wrażliwość estetyczna i wyobraźnia.

W naszej Poradni opracowane zostały warsztaty *Rozwijanie umiejętności społecznych*. Wykłady i ćwiczenia skierowane są do młodzieży. Nabywanie nowych umiejętności będzie przebiegało w działaniu (aktywne uczestnictwo w dyskusji, praca nad zadaniem, symulowanie rzeczywistych sytuacji z życia podczas zajęć, odgrywanie ról, prezentacje – projektowanie i przygotowywanie wystaw).

Celem proponowanych zajęć jest przekazanie konkretnej **wiedzy** i **umiejętności** oraz kształtowanie określonych **postaw**.

Wiedza:

- zarządzanie emocjami, rola poczucia własnej wartości
- zasady i trudności w porozumiewaniu się, uzyskanie informacji o ważnych zjawiskach społecznych
- poznanie zasad rozwiązywania konfliktów
- kierowanie własnym czasem

Umiejętności:

- umiejętności wyrażania emocji, empatii, radzenia sobie ze stresem
- wysyłanie czytelnych komunikatów, spójna mowa ciała ze słowami, pokonywanie barier komunikacyjnych, skuteczna obrona własnych praw bez naruszania cudzych
- sztuka wzbudzania sympatii,
- umiejętność rozwiązywania konfliktów

Postawy:

- uświadamianie sobie własnych emocji, otwartość w wyrażaniu emocji „dobrych” i „złych”, zwiększenie delikatności w kontaktach z ludźmi, obserwacja cudzych zachowań i reagowanie stosowanie do sytuacji
- otwartość i szacunek wobec innych, aktywne słuchanie
- optymizm, pewność siebie, współpraca
- organizacja własnego czasu, aktywność w dążeniu do sukcesu

Naszym celem jest zatem chęć pomocy młodzieży w osiągnięciu powodzenia, sukcesów szkolnych i pozaszkolnych.

Prawidłowy rozwój umiejętności społecznych pozwala osiągać te cele. Dobrze

funkcjonujące środowisko rodzinne i szerzej – społeczne, ale także trening w sztucznych warunkach sprzyja poznaniu siebie, dostrzeganiu wartości i sensowności własnego życia, doskonaleniu komunikacji i sztuki dyskusji, uczeniu współpracy i negocjowania, podnoszeniu skuteczności w kierowaniu sobą, ludźmi, by realizować własne marzenia.

Program opracowany został z myślą o młodzieży w wieku 15-18 lat mającej problemy z umiejętnościami budowania właściwych relacji z ludźmi, a która nie może nabyć ich w treningu o charakterze naturalnym.

Odpowiednie oddziaływania mogą poprawić ich kontakty z innymi ludźmi, zmniejszać trudności przystosowawcze, dostarczać doświadczeń społecznych i wzbogacać umiejętności np.: odbierania komunikatów niewerbalnych, panowania nad mimiką i gestami czy udzielania wzmacnień społecznych.

Oprac.: Beata Pedrycz i Ewa Soja