



Sándor-Lenkei Aida  
Egyén és csoport



A követelménymodul megnevezése:  
Egyéni fejlesztés és segítő támogatás

A követelménymodul száma: 1 896-06 A tartalomlelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-008-fe



## EGYÉN ÉS CSOPORT

### ESETFELVETÉS – MUNKAHELYZET

Vajon miért lehet fontos a csoportról, a csoportos munka módszeréről tudnia az ifjúságsegítő szakembernek? Miben rejlik egy csoportnak az ereje? Mitől lehet az egyik leghatékonyabb segítő módszernek tekinteni, mi adja a pluszt a résztvevő tagok számára ebben a tevékenységi formában? Milyen lehetőségeket rejt ez a munkaforma?

Egyértelműen megállapítható, hogy az ifjúságsegítő feladatkörének jelentős részét az teszi ki, hogy a fiatalokkal és a velük kapcsolatban álló szakemberekkel, családtagokkal kapcsolatot tartanak, számukra szolgáltatásokat nyújtanak és nem utolsósorban programokat szerveznek. A kiscsoportos munkaformában való közös együttlétek többek között lehetőséget adnak a fiatalok számára az élményszerzésre, a különböző képességek fejlesztésére, mások mélyebb megismerésére, saját személyiségük feltárására, vagy akár különböző kérdések megvitatására, problémamegoldó módszerek kidolgozására.

Így nem kérdés, hogy az ifjúságsegítő szakembernek meg kell tanulnia, hogyan lehet jó csoportvezető.

A csoportvezető felé megjelenő elvárások (Németh László, irodalomjegyzék)

- Gondot kell fordítani arra, hogy a tagok között a kölcsönös segítségnyújtás rendszere kialakuljon.
- Aktívan kell értenie, értékelnie és tisztelnie a csoportfolyamatot és annak dinamikáját.
- Segítenie kell a csoportnak annyira autonómmá válni, amennyire csak lehet.
- Segítenie kell, hogy a tagok megtapasztalhassák a "csoportszerűséget" a befejezéskor is (például közös visszaemlékezéssel vagy egy befejező eseménnyel).

A tananyag segítséget nyújt az ifjúságsegítő számára egy csoport szervezése és működtetése kapcsán, és kitekintést ad a szenvedélybetegség témakörére, miközben felhívja a figyelmet az ifjúságsegítő szerepére az egészségmegőrzésben.

## SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

### AZ EGYÉN ÉS A CSOPORT VISZONYA

Ha hétköznapi értelemben az ember a csoport szót meghallja, annak több jelentése eszébe juthat, hiszen számos értelmezése van a szónak, úgy mint: osztályközösség, szakmai csoport, team, baráti kör, segítők csoportja, esetmegbeszélő csoport, önismereti csoport, hallgatók csoportja és még sorolhatnánk.

Ebben a tanulmányban azonban a segítő munka egyik módszerét értjük a csoportmunkán, amelynek számos típusa, célja, funkciója, összetétele és működési mechanizmusa van.

Az ember, társas lény. Az egyének egymás jelenlétében többletteljesítményre képesek, lelkesebbek, érzelmeik intenzívebbek, cselekvési motivációjuk erőteljesebb, asszociációik gazdagabbak, kölcsönösen inspirálják egymást. Így elmondhatjuk, hogy az 1+1, az nem mindig kettő, hanem valójában sokkal több. Az életben maradás, a természeti világhoz való teremtő alkalmazkodás gyakorlati feladatai magányosan nem oldhatók meg, csak csoportosan.

A csoport azonban nemcsak serkentheti, hanem gátolhatja is az egyént. Azonban nem lenne kit gátolni, ha előbb nem lett volna csoport, melynek hiányában az egyén nem növekedhet fel, és nem találkozhatna más egyénnel. A csoport az emberi élet elsődleges színtere, amely ha már egyszer létrejött, a társas élet alternatívájaként lehetőséget biztosít az egyéni létre, beleértve a magányt is. A magány végleges és szorongató perspektívájával szemben a csoport vigaszt, menedéket és biztonságot nyújt.

A csoport segít az egyéni autonómia elérésében, örömet ad egyszerre több embernek, segít a kapcsolatok kialakításában.

#### 1. A csoportok típusai

##### *Elsődleges és másodlagos csoportok*

A csoportokkal foglalkozó szociálpszichológiai szakirodalom megkülönbözteti az *elsődleges* és a *másodlagos* csoportokat. Az elsődleges csoportok nem választják tagjaikat. Az elsődleges csoportok a társas élet természetes, magától értetődő színterei, mint például a család, a rokonság, a szomszédság, a baráti kör. Az elsődleges csoportokban igen nagy annak a valószínűsége, hogy a tagok szemtől szembe találkoznak egymással, aminek következtében mindenki személyesen ismer mindenkit. Az ismertség nem túl mély, de éppen elég ahhoz, hogy a tagok otthonosan érezzék magukat a csoportban.

A *másodlagos* csoportok feltételekhez kötik a tagságot. A csoport tagjai nem ismerik egymást, a szemtől szembe találkozás esélye az egyes csoporttagok között csekély. A csoporthoz való tartozás tudata azonban elég ahhoz, hogy a csoportok tagjai elképzelhessék a csoport egészét, melyhez hozzásorolhatják a csoport egykori tagjait éppen úgy, mint azokat, akik a jövőben a csoport tagjai lesznek.

*Kiscsoportok és nagycsoportok*

A kiscsoport olyan emberek együttese, amelyben a résztvevő egyének egymást közvetlenül érzékelik, egymással folyamatosan vagy rendszeresen interakcióba lépnek.

"A csoportok közötti különbségtevés másik alapja a létszám. A személy számára átlátható, kölcsönös személyes kapcsolatok kialakítására lehetőseget nyújtó csoport létszámánál fogva nem lehet más, mint a kiscsoport, melynek létszáma optimálisan 7, plusz-mínusz két fő. A szám nem véletlen. A felső határt a figyelem terjedelmének meghatározására vállalkozó kísérleti pszichológiai kutatások eredményei alapján állapították meg. Kilenc főn felül az egyes csoporttagok már nem tudnak a személyiség teljességét átfogó mértékben egymásra figyelni. Az alsó határ elvileg három is lehetne, de gyakorlati okok miatt célszerűbb a határt ötnél megvonni. Ha a csoportnak túl kevés tagja van, akkor nem érvényesül a flexibilitás, amely a csoportlét egyik fő előnye a magányos cselekvő szükségképpen szűkre szabott perspektívájával szemben."<sup>1</sup>

*Formális és informális csoportok*

Formális csoport - amikor valamilyen külső körülmény hozza létre a csoportot, mesterségesen, konkrét céllal (pl.: iskolai közösségek, munkahelyi csoportok)

Informális csoport - olyan szerveződés, amely spontán, külső behatás nélkül jön létre (pl.: család, baráti csoport). Személyes kapcsolatok szövik át, az individuum életében fontos szerepet játszanak, a csoporttagság saját elhatározáson alapszik.

*Feladat csoportok és gyógyító/terápiás csoportok***Feladat csoport**

- A feladat-csoportok különböző szervezeti problémák megoldására, innovációs tevékenységre, továbbá különböző kérdésekben való döntésekre használják
- Cél: a feladat elvégzése
- Vezetése: kinevezett vagy választott
- Középpontban a csoportmunka eredménye, a feladat teljesítése áll, ez egyben a csoport összetartó ereje is
- Összetétele: szakmai heterogenitás jellemzi, fontos, hogy a feladat elvégzéséhez megfelelő erőforrással bírjanak
- A kommunikáció feladattól függő, de alacsony személyes feltárulkozás
- A csoportban a tagok a szerepeket vállalják, vagy jelöli a csoport
- Formális szabályok, napirend alapján dolgoznak, az önfeltárulkozás alacsony fokú
- A tagok többször kommunikálnak a vezetővel

Feladatcsoportok típusai:

<sup>1</sup> Csepeli György (2001) A szervezkedő ember, Osiris Kiadó, Bp. 246-247. O.

- esetmegbeszélő csoport (cél: egy adott eset kapcsán továbblépési lehetőségek megfogalmazása, döntéshozatal)
- team (cél: kölcsönös részvétel egy feladat megoldásában)
- bizottság (cél: jelentés, vagy speciális feladat elkészítése, szakértői vélemény, vagy előterjesztés megalkotása)
- szervezeti csoport
- "kerek-asztalok"

### A feladat csoportok előnyei:

- a csoportmunkában való részvétel demokratikus
- a változással szembeni ellenállás minimálisra csökkenthető, ha lehetőséget adunk az átalakítása befolyásolására
- megnövekszik az információtömeg, ami elősegíti az alternatívák, tervek kidolgozását, a problémamegoldást és a döntéshozatalt
- a csoporton belüli feladatmegosztást segíti a hatékonyságot

### A feladat csoportok hátrányai:

- a csoportos problémamegoldás több időt vesz igénybe
- a tagok frusztráltak lehetnek, egy-egy kérdés megvitatásánál unatkozhatnak
- rosszul szervezett a csoport, ha minden döntést csoportmunkával akar meghozni, miközben egyénileg hatékonyabb lehetne.

### **Gyógyító/terápiás csoport**

- Célja: Egy adott probléma, élethelyzet, megoldása. A csoporttagokat a közös szükséglet, az azonos helyzet köti össze.
- A csoportban a tagok között a szerepek spontán alakulnak
- Rugalmasak a csoportszabályok, melyek megalkotásában a csoporttagok aktívan részt vesznek
- Kommunikációs minták nyitottak, egymással és a csoportvezetővel is kommunikálnak
- Jellemző a tagok kitérülése, önfeltárása
- Akkor sikeres a csoport, ha elérik terápiás céljaikat

### Gyógyító terápiás csoportok típusai

- oktató csoport (cél: tanulás, vita és tapasztalat útján ismeretszerzés, pl.: tanulás-módszertani csoport)
- személyiségfejlesztő csoport (cél: képességfejlesztés, tudatosság, belátás, vita, személyes tapasztalatok révén pl.: önismereti csoport)
- gyógyító/terápiás csoport (cél: a viselkedés megváltoztatása korrekció révén, problémamegoldás, pl.: drog-rehabilitációs csoport)
- szocializációs csoport (cél: A kommunikáció és a társas készségek fokozása pl.: kommunikációfejlesztő csoport hátrányos helyzetű gyerekeknek)

### A gyógyító/terápiás csoport előnyei:

- lehetővé teszi, hogy a tagok megosszák egymással gondjaikat
- segíti annak a belátását, hogy mások is hasonló problémával küzdenek, "nem vagyok egyedül"
- a tagok egymásnak is segítséget tudnak nyújtani (információ, tanácsok, személyes tapasztalatok, javaslatok, visszajelzések)
- mások jelenléte segíti a változás érdekében tett erőfeszítéseket
- segítséget nyújt az elszigeteltségben, magányban élőknek
- lehetőséget ad, hogy feldolgozzák a tagok a külső világban átélt problémáikat, mindezt védett környezetben és ezáltal új készségek kipróbálására van lehetőség.

#### A gyógyító/terápiás csoport hátrányai:

- konformitást a csoporttól való függőségi állapotot (dependenciát) válthatnak ki
- a csoportban megjelenő önfeltárás sérülékennyé teszi az egyént
- elindulhatnak bűnbakképző folyamatok
- a középpontba kerülnek az önérvényesítők, így mások kevesebb figyelmet kaphatnak

#### 1. Feladat

*A feladatot a hallgató egyénileg oldja meg, önálló kutatómunka során és a megoldásokat rögzítse a munkafüzetben!*

Végezzen kutatómunkát interneten, illetve a felhasznált és ajánlott szakirodalomban a feladat és gyógyító/terápiás csoportok témakörében, és mindkét típusra hozzon legalább 3-3 példát! A példákban szereplő csoportok céljait, és feladatait definiálja! A feladatot otthoni munka során, a következő órára készítse le!

Az oktató irányítása mellett beszéljék meg az összegyűjtött csoporttípusokat és egészítsék ki saját listájukat a munkafüzetben!


## A CSOPORT

Tág megfogalmazásban "a csoport két vagy több, egymással társas kapcsolatban, interakcióban levő ember összessége. Ez a fogalom azonban annyira tág, hogy gyakorlatilag az embereknek a társadalomban meglévő, szinte bármely összessége idesorolható."(Whittaker, 1997)

Az ifjúsági munka fókuszában a csoportról, mint közösségfejlesztő alapelemről beszélünk.

A csoportra jellemző a viszonylagos tartósság és folyamatosság. A csoport funkcionális egység, bizonyos cél elérésére alakul, amelyet a tagok együttesen hatékonyabban meg tudnak valósítani, mint az egyén önmagában. Továbbá a csoport egymáshoz interakciókkal kapcsolódó emberek összessége. Jellemzői a cél-, és feladatorientáltság, együttműködés a cél elérése érdekében, bizonyos keretek között, a csoportra jellemző szokások, kultúra, attitűdök, és a "mi-tudat" kialakulásával.

Az ifjúságsegítő szakembernek nemcsak ismernie kell a csoportképzés szabályszerűségét és a csoportfolyamatok szintjeit, de a cselekvésekhez bizonyos csoportvezetői készségekkel is kell rendelkeznie.

## A CSOPORT SZERVEZÉSE

1. **Előzetes célkitűzés.** Meg kell határozni, hogy miért dolgozik a csoport, hogyan végzi a munkáját, mik lehetnek az egyéni célkitűzések és feladatok a csoporton belül. A csoportcél a legtöbb esetben a csoport megalakulásának okából kiindulva határozzuk meg.
2. **Fel kell érni a szervezeti környezetet,** a lehetséges tagokat, az erőforrásokat és a problémákat. Fontos megtudni, hogy a potenciális tagok mennyire tudnak azonosulni a csoportcélokkal, mert a véleményazonosság növeli a motivációt, és a hatékonyságot. Meg kell határozni, hogy kiket akarunk bevonni, hol, miből. Előre érdemes végiggondolni, hogy a csoporttagság önkéntes, vagy kötelező jellegű, hiszen a tagok motiváltságát, illetve ellenállását ez jelentősen befolyásolja.
3. **Tagtoborzás,** melynek célja, hogy a megfelelő létszámú csoporttagot be tudjuk hívni a munkára. A tagtoborzás módszerét érdemes átgondolni (szórólap, újsághirdetés, plakátok, szakembereken keresztül, önkéntes megkeresés alapján, stb.), illetve a tagok meritésének körét is fontos meghatározni.
4. **Dönteni kell a csoport összetételéről,** egyes esetekben a csoport szervezője válogatást is végez (attól függ, hogy milyen céllal szerveződik a csoport). A csoport beindítása előtt figyelembe kell néhány szempontot, amely a csoport céljainak elérést jelentősen befolyásolhatja a későbbiekben. Ilyen például a *heterogenitás* (vannak olyan csoportok, ahol elengedhetetlen a tagok eltérő problémamegoldó készsége, tapasztalata, neme, stb.) és *homogenitás* (a tagok hasonló célokból lépnek a csoportba, vagy csak férfiak, csak nők) kérdése.

A csoport nagysága is fontos szempont. A csoport legyen elég kicsi ahhoz, hogy lehetőség nyíljon a cél megvalósítására, és elég nagy, hogy a tagok kielégítő tapasztalatokat szerezhessenek! (optimális méret: 5–7 fő) A segítő, amikor meghatározza a csoport méretét, meg kell fontolnia, hogy hány tag szükséges a feladat hatékony és eredményes elvégzéséhez. Bár a kisebb csoportok nem mindig a legjobbak a komplex feladatok elvégzéséhez, figyelembe kell venni a különböző csoportméretekre vonatkozó előnyöket és hátrányokat. A nagyobb csoportban több lehetőség van a tanulásra, a több szerepmódel jelenléte miatt. A tagoknak több lehetőségük van barátok szerzésére. Előnyeik mellett, hátrányaik; kevesebb az egyéni figyelem, nagyobb a veszélye ártalmas kapcsolatok kialakulásának, és visszavonulásra ösztönzi a tagokat

A következő szempont, amiről érdemes dönteni, hogy zárt vagy nyitott tagság. A segítőnek abban a kérdésben is állást kell foglalnia, hogy a csoport zártkörű legyen, vagy nyitott új tagok számára is. A nyitott csoportok állandó számú tagsággal dolgoznak, mivel folyamatosan helyettesítik a kimaradó tagokat. A zártkörű csoportok ideális esetben ugyanazokkal a tagokkal fejezik be tevékenységüket, melyekkel elkezdték. Előnye, hogy nagyobb kohéziót képes kialakítani, illetve nagyobb stabilitás jellemzi, – fokozottabb az együttműködés a tagok között, illetve a csoport összejövetelek megtervezése is könnyebb.

5. **A tagokat orientálni kell a csoportra**, azaz a tagokkal kapcsolatot kell teremteni, a célokat, elvárásokat itt van lehetőség pontosítani.

6. **Biztosítani kell a csoport működésének feltételeit.** A csoportmunka megkezdése előtt pontosítani kell, hogy hogyan és ki fogja finanszírozni, vagy biztosítani a csoportmunka során felmerülő költségeket: terembérlési díj, szupervízió, telefon-, és postaköltség, másolási díjak, stb.

Három tényezőt kell figyelembe venni a környezet előkészítésénél:

- a fizikai környezet előkészítése
- az anyagi támogatás megteremtése
- speciális intézkedések

#### A fizikai környezet előkészítése:

A csoport fizikai környezete nagy hatást gyakorolhat a csoporttagok viselkedésére és az összejövetelek lebonyolítására. Figyelembe kell venni; *a terem méretét* ugyanis befolyásolja a csoport aktivitását. A kis terek a szoros összetartozás érzését fokozzák, a nagy tér esetleg túl nagy távolságot teremt közöttük. *A bútorzat* is fontos (kényelmes ülőalkalmatosság, néha a földön ülés megteremti a közvetlen hangulatot, kényelem szőnyeg, a lámpák segítenek a kényelem érzeten. A bizalmi légkör megteremtésében több tényező is segíthet (a jó légkör megteremtéséhez segít, ha kényelmes párnákra ülhetnek a padlóra, vagy székekre, de mindenképpen körben, asztalok nélkül).

#### Az anyagi támogatás biztosítása:



A segítőnek törődnie kell azzal is, hogy ki és hogyan viseli a csoporttal kapcsolatban felmerült költségeket. A feladat és terápiás csoportnak eltérő finanszírozási szükségletei vannak, de a legfontosabb tételek a segítő fizetése, a terem használata és a segítő szupervíziója.

További költségek:

- másolás
- telefon
- postaköltségek
- üdítők
- közlekedés.

7. A **konkrét** csoportmunka tervezési fázisa. Előre végig kell gondolni a csoport első ülését, a folyamatot, a munkafázisokat, az értékeléseket, és össze kell hívni a csoporttagokat az első ülésre.

## 2. Feladat

*A feladatot 4–5 fős kiscsoportokban oldják meg az oktató irányítása mellett!*

Őnök a most induló Ifjúsági Tanácsadó Iroda ifjúságsegítői. Szolgáltatásaikat most alakítják ki, így az ügyfélkörük is csekély. A településen megfigyelhető, hogy a fiatalok esténként a buszmegállóknál verődnek össze, hiszen szórakozóhelyek nincsenek a helyi kocsmákon kívül, ahová nem szívesen mennek a be a fiatalok, esetleg csak egy kólára, vagy napraforgómagra. A társaság nemét tekintve heterogén, 14–18 évesek, néhányuk triálozik (különleges bicikli, amivel ugratnak, mutatványokat csinálnak), illetve gördeszkáznak páran, a mozgást mindannyian szeretik. A lakókat nagyon zavarja az utcai ricsajozás, és a zene, ami a mobiljukból szól.

Megfogalmazódott Önökben, hogy az Iroda klub termében, ami most került átadásra be kellene csábítani ezeket a fiatalokat valamilyen programmal, majd folyamatos programokat biztosítani nekik az Irodában.

- Tervezzék meg közösen, hogyan teremtenének kapcsolatot a fiatalokkal?
- Találjanak ki egy programot, amivel becsábítják őket az klubba!
- Részletesen mutassák be a programszervezés lépéseit a fent említett szakmai ismereteket felhasználva (kik, hol, hogyan, mit, mikor, miből?)!
- Rögzítsék a megoldást a munkafüzetben, mindenki a sajátjában! A feladatra 30 percet kapnak, majd ötleteiket megosztják a közösséggel!



## A CSOPORTMUNKA FÁZISAI

### I. Első foglalkozás

A csoport beindulása előtt a tagok bizonyos elvárásokkal érkeznek, ami más csoportokkal szerzett tapasztalatokon alapul. A résztvevők már az első összejövetel előtt értesülnek a csoport céljáról – a segítőtől vagy az intézet alkalmazottjától. Tisztában vannak a szemtől-szembeni kontaktus fontosságával. Az első ülésen az óvatosság és a kísérletezés jellemző, igyekeznek megismerkedni egymással, beszélnek a mindannyiukat érdeklő eseményekről, helyekről, emberekről, tapasztalatokról. Közelednek egymáshoz, de a túlzott intimitástól tartózkodnak. Keresik helyüket a csoporton belül. Szorongásukat igyekeznek csökkenteni, így egyesek hallgatnak, várakozó állásponton vannak, mások beszélgetnek, kérdezősködnek.

A kezdeti szakasz a csoportmunka legnehezebb szakasza. A tagok még nem köteleződtek el a csoporthoz, így könnyen elveszíthetők.

#### A csoportvezető feladata ebben a szakaszban:

- A tagok *bemutatása* egymásnak, hogy jól érezzék magukat egymás között. Amikor az első ülésre a résztvevők megérkeznek, a csoportvezető első feladata az, hogy bemutassa a tagokat egymásnak. Ezáltal a tagok tisztázni tudják közös érdeklődési területeiket, azonos érdekeiket, és ez lehetőséget ad, hogy kialakuljon a bizalom közöttük.
- A csoport céljának és funkciójának meghatározása. A célt a lehető legpozitívabban kell megfogalmazni. A tagok így lelkesebbek, motiváltabbak lesznek, és jobban meg tudnak felelni az elvárásoknak.
- Olyan légkör és lehetőség teremtése, melyben a tagok elmondják, hogy mennyire esnek egybe a szükségleteik azzal, ahogy a csoportvezető látja ezeket, és amit az intézmény tud nyújtani szolgáltatás gyanánt. Egy meghatározott cél érdekében végzett munka motiváltsága függ attól, hogy a tagok mit várnak el a csoportvezetőtől a csoportban, mit várnak el a csoportfolyamatokkal kapcsolatban, és a vélemények szerint mit lehet elvégezni a csoportmunka folyamán. A tagok számos elvárással érkeznek a csoportba, ezek nagymértékben befolyásolják a viselkedésüket. Mikor a csoportvezető és a tagok elkezdik megtárgyalni, hogy miként tudnak együtt dolgozni, ezzel egy időben elvárásaikat, motivációikat is tisztázni kell.
- Célok kitűzése, ezek meghatározása közösen kell, hogy történjen, konkrét, tiszta, átlátható és megvalósítható megfogalmazásokkal.
- Szerződés-kötés. A szerződések kölcsönös megállapodások, melyek elvárásokat, kötelezettségeket határoznak meg, meghatározzák a csoport működésének kereteit, szabályrendszerét, melynek megalkotása közösen történik a csoporttagokkal. Meghatározódhatnak benne a feladatok, ki, mit csinál, és milyen körülmények között a cél elérése érdekében. A szerződés a közös munka alapját adja, és hivatkozási dokumentum is egyben. A csoportnorma kialakulásának egyik alapegysége.

## II. Középső fázis – Dolgozik a csoport

- Fel kell készülni a foglalkozásokra, ülésekre
- Strukturálni és a cél felé irányítani a csoportot
- Segítséget adni a tagoknak a céljaik megvalósításában
- Folyamatos értékeléseket kérni, és tenni
- Nyomon követni a csoport munkáját
- A folyamatban szükséges korrekciókat meghatározni és megtenni
- A tagokat és a csoportot folyamatosan motiválni és visszajelzéseket adni számukra.

## III. Záró fázis *(Nem egyenlő a legutolsó összejövetellel)*

- Erősíteni a változásokra irányuló erőfeszítéseket
- Felkészülni a befejezésre, a csoport vonzerejét csökkenteni
- A befejezéshez fűződő érzelmek feloldása
- Az utolsó csoportülés – értékelés – célelérés jegyében, egyénileg és csoportosan is.
- Befejezetlen, kimondatlan ügyek tisztázása
- El kell érni, hogy a csoporttagok a saját készségeikre és forrásaikra támaszkodjanak. A csoport eredményeinek összegzése, a csoportülések időtartalmának rövidítése, a találkozások ritkítása is a csoport jelentőségének csökkentését eredményezheti.
- A csoportvezető saját érzéseinek a nyílt megfogalmazása, és tisztázása is fontos, hiszen ha ennek nincs tudatában az a csoporttól való függőséget eredményezhet, ami kitolhatja a zárást.

## A CSOPORT FEJLŐDÉSI FÁZISAI<sup>2</sup>

„1. Ismerkedés. Ebben a szakaszban a tagok „zárkózottsága” a fő téma, ehhez kapcsolódóan a „közeledés–távolságtartás” a legfontosabb dilemma ebben a korai időszakban. A csoportba való bevonódás iránti ambivalenciát jól tükrözik a tagok habozó reakciói a különböző lehetséges tevékenységekkel, eseményekkel kapcsolatban. A tagok viszony egymáshoz még nem közvetlen, személyes, a legtöbb hasznot olyan meglehetősen sztereotip tevékenységekkel érhetjük el, melyeknek révén a tagok jobban megismerhetik egymást.

2. Hatalom és kontroll. Miután a tagok úgy döntöttek, hogy érdemes részt venniük a csoportban, abba a szakaszba érnek, melyben a hatalom, kontroll, pozíció, készségek és a döntéshozatal a kardinális kérdések. Valószínű, hogy kipróbálják a csoportmunkást és a többi tagot is, valamint megpróbálnak kapcsolatokat meghatározni és formalizálni, és megpróbálják kialakítani a csoportot jellemző státushierarchiát. A hatalomért folyó harc három alapvető kérdése: a lázadás és autonómia, az engedékenység illetve a szabályok betartásának dilemmája, a védelem és a támogatás.

<sup>2</sup> Whittaker, James: A csoportfejlődés ötszakaszos modellje és alkalmazásának gyakorlati vonatkozásai In: Hegyesi Gábor et.al (szerk.) (1997) Szociális munka csoportokkal, Bárczi G. Gyógyped. TF. Budapest 246.o.

3. Intimitás. Ezt a szakaszt a személyes bekapcsolódás intenzívvé válása jellemzi, továbbá az, hogy a tagok nyíltabban fejezik ki érzelmeiket a csoporttagokkal és a csoportmunkással kapcsolatban, és törekszenek függőségi szükségleteik kielégítésére. Megjelenik a testvéri rivalizáláshoz hasonló vetélkedés, valamint a csoportnak a családhoz való nyílt hasonlítása. A tagok egyre könnyebben terveznek és valósítanak meg közös elképzeléseket és tudatosabban ismerik el a csoportban szerzett tapasztalatok jelentőségét a személyiségfejlődésben és változásban.

4. Differenciálódás. Ebben a szakaszban a tagok lassan elfogadják egymást különböző személyiségű egyénként, a csoportot pedig különleges tapasztalatokat és élményeket kínáló közegnek tekintik. A kapcsolatok és szükségletek egyre reálisabbak, jó a kommunikáció és erős a csoportösszetartás. Ahogy a hatalmi viszonyok tisztázása utat engedett az autonómiának és a közvetlenségnek, ugyanúgy a személyesség fontosságának megértése és elfogadása, az egyéni szükségletek kölcsönös elfogadása lehetővé teszi a kapcsolatok és csoportesemények differenciált és reális érzékelését és értékelését. A csoporttevékenység ebben a negyedik szakaszban ölt funkcionálisan autonóm jelleget. A csoport a helyzetek érzékelését és értelmezését függetleníti és megszabadítja a korábbi tapasztalatok torzításaitól és így megteremti saját szabályait és normáit, önmaga vonatkoztatási keretévé válik.

5. Lezárás. A csoporttapasztalat véget ért, a tagok lassan különválhatnak, és új erőforrásokat kell keresniük társas, szabadidős és szakmai szükségleteik kielégítésére. A befejező szakaszban a következő ismétlődően előforduló reakciók figyelhetők meg: tagadás, regresszió, múltbeli tapasztalatok ismétlése, értékelés, menekülés és egyes tagok részéről megfogalmazódó igény, hogy a csoport folytatódjon. "

### **3. Feladat**

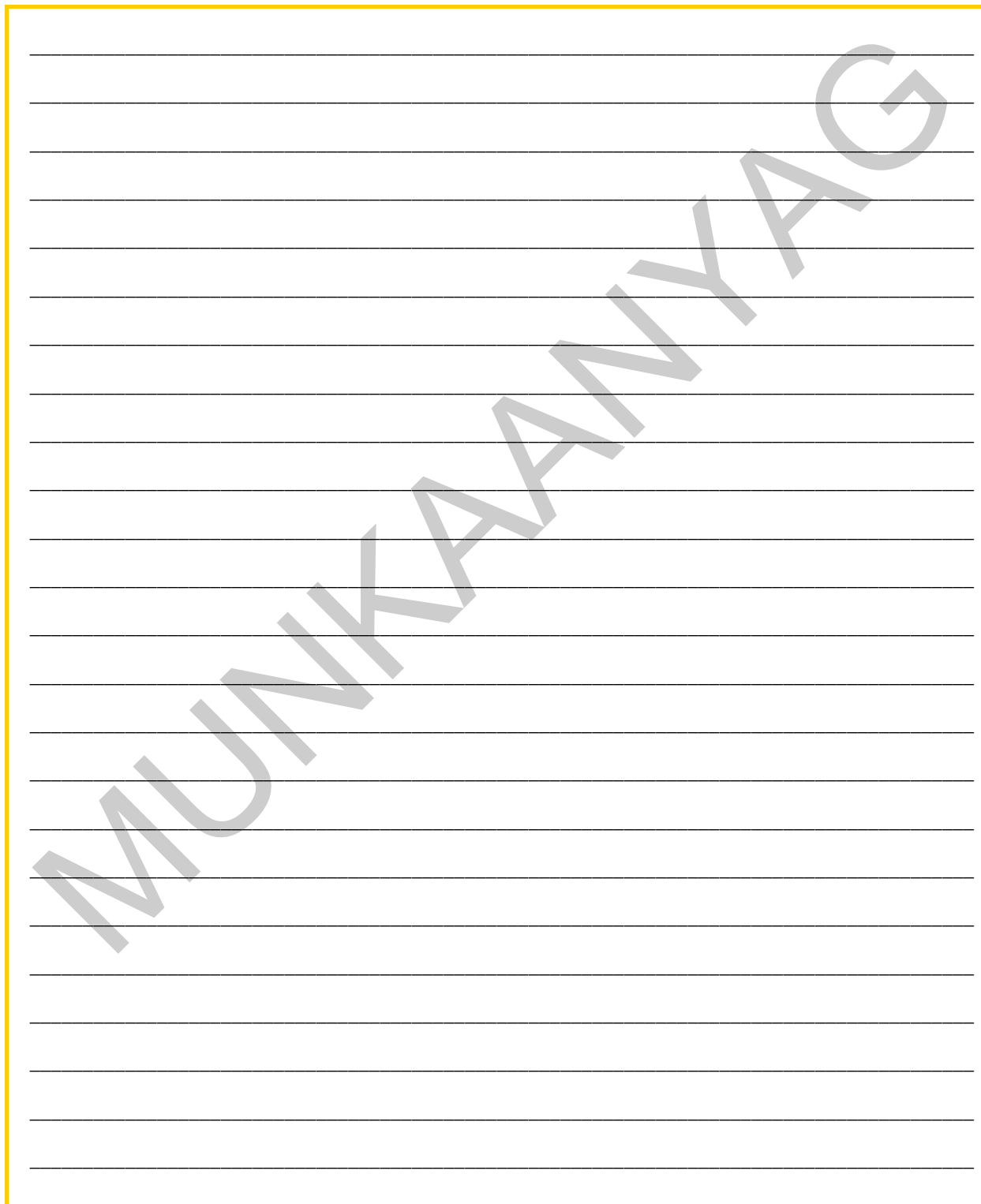
*A feladatot otthoni munkaként önállóan végezze el, és a megoldást rögzítse a munkafüzetébe!*

Játszunk "csoportvezetősdit"!

A 2. feladatban meghatározott célok, és programpontok mentén, tervezze meg az első találkozást a fiatalokkal. A felkészüléshez használhat szakirodalmat (pl.:Rudas János, Delfi örökösei), vagy internetet. Határozza meg a foglalkozás célját, ennek elérése érdekében szervezett feladatokat, játékokat. Szerezze be a foglalkozáshoz esetleg szükséges eszközöket!

Az oktató ezt követően lehetőséget ad néhány hallgatónak a tervezett foglalkozás megtartására. Ön lesz az ifjúságsegítő, a tanulótársak pedig a célcsoport (a fiatalok). Vezesse le a tervezett foglalkozást! Egy segítő max. 8 fős csoport vezetését lássa csak el, magasabb létszám esetén a csoportot osszák meg. Annyi tanuló próbálja ki a vezető szerepet, amennyire csak módunk van.

A foglalkozás megtartását követően elemezzék ki a tapasztalataikat! Ki hogyan érezte magát? Szívesen járna-e ebbe a csoportba? Milyennek találják a résztvevők a vezetőt, annak stílusát, a feladatokat? A feladat megvalósítása csak abban az esetben helyénvaló, ha a csoportban már vannak csoportélmények, kialakult a bizalmi légkör, aminek működik a megtartó ereje. Az egymás felé tett visszajelzések során törekedjünk a konkrét megfogalmazásokra, kerüljük a bántó ítélezést. Az esetleges emocionális sérülések kivédése és a konfliktushelyzetek feloldása az oktató feladata.



## CSOPORTDINAMIKA

A csoportdinamika ismerete fontos, bármely csoportformát is tekintjük át. A csoportfolyamat egyedülálló erőket indukál, amelyek hatással vannak a csoport tagjaira, ebből kifolyólag a csoport egészére is. Az ilyen formán indukált erőket nevezzük csoportdinamikának. A csoport egészének felmérésében csoportvezetőnek a csoportdinamika 4 fő területét kell vizsgálni:

1. A csoport kommunikációs és interakciós mintái
2. A csoportkohézió
3. A szociális kontroll
4. A csoportkultúra

1. Az interakciós minták mindjárt a csoport fejlődés kezdeti szakaszában kialakulnak. Az alapos megfigyelés segíthet a tagok közti kommunikáció megkönnyítésében és fontos információk feltárásában. A szerepek alá-fölérendelt viszonyokat hoznak létre a csoporton belül, és ez a viszonyrendszer adja a csoport szerkezetét, amelyre ráépül a tagok közötti kommunikációs struktúra is. A csoporton belüli kommunikációs hálózat egyben jelzi a csoport állapotát is, kiegyensúlyozottságát vagy esetleges bomlását.

Gondot okozhat:

- ha túl kevés a csoporttagok közti interakció
- ha valamelyik csoporttag megpróbálja magához ragadni a csoport vita vezetését
- a kommunikáció hiánya valamely csoporttagnál

2. A csoportkohézió: Fontos, hogy a csoportvezető megértse, mi vonzza a tagokat a csoportba, hogy fenntarthassa és fokozhassa ezt a vonzerőt és hozzásegítse a csoportot a kohézió kialakulásához.

Vonzerő sok forrásból származhat. Pl. a tagok reménye, hogy a csoport segít a problémáik megoldásában, a feladatcsoportnál a státusz, presztizs, a megoldandó feladatok fontossága.

3. Szociális kontroll eszközei:

- normák
- szerepek
- státushierarchia

Normák rendkívül fontosak, hiszen ezek határozzák meg, mi az elfogadható és mi nem a csoportban. Továbbá befolyásolják a tagok megelégedettségét a csoportban szerzett tapasztalataikkal. A csoport spontán és tudatosan kialakítja saját működésének szabályait, normáit, és a tagjaitól elvárt viselkedési formákat, és a tagoknak alkalmazkodni kell ezekhez, vagyis normakomforttá kell válniuk. A non-konform tagok deviánssá válnak a csoport szemében.

A deviáns tag lehetőségei:

- igazodni a csoporthoz ( csoportkonform viselkedés)
- megváltoztatni a csoport normáit
- megmaradni deviánsnak
- elhagyni a csoportot.

Szerepek is a csoport működés korai szakaszában alakulnak ki. A tagok többféle szerepet is kipróbálnak, mielőtt elköteleződnének valamelyik szerep mellett.

Szerepek a csoportban

Önirányultságú szerepek – olyan szerepek, amelyeket az egyes csoporttagok saját feszültségük oldására, csoporton belüli bizonytalanságuk kezelésére alkalmaznak.

- függőség: alávetés a vezetőnek és a csoport tagjainak
- ellenszegülés: függetlenedés a csoporttól
- rivalizálás: verseny a vezetővel, a csoporttagokkal, gyakori szereplés, saját tudás hangsúlyozása
- kitérés: a csoport tevékenységének más irányba terelése, pl. humorizálás, anekdotázás
- párképzés: szövetséges keresése, pl. összesűgások, figyelemelterelés
- kilépés: passzivitás, háttérbe húzódás.

Feladatra irányuló szerepek – olyan szerepek, amelyek a feladatra, a probléma megoldására koncentrálnak

- kezdeményezés: célmeghatározás, a feladat azonosítása
- információkérés: tények, adatok, információk gyűjtése, a csoporttagok aktivizálása
- információadás: tények, adatok, ötletek közlése
- kritikai tisztázás: helyzet és elképzelések világossá tétele
- összegzés: vélemények, ötletek összehangolása, lényegkiemelés

Csoportfenntartó szerepek – olyan szerepek, amelyek a csoport egyensúlyának megőrzésére irányulnak

- összhangteremtés: ellentétes vélemények összehangolása
- bátorítás: a másik felé irányuló megerősítés
- kompromisszumkeresés: engedékeny viselkedés, a másik fél veszteségének megelőzése
- kognitív serkentés: a problémák elemzése, akadályok elhárítása
- feszültségoldás: hangulatjavítás, konfliktusenyhítés.

Ha egy vagy több csoportagnál diszfunkciós szerepet észlelünk, ez jel, hogy a csoport nem működik optimális szinten.



Az egyéni csoporttagok csoporton belüli státusz és az a hatalom, mellyel a vezető és a többi csoporttag rendelkezik, szintén befolyásolja a csoporton belüli szociális kontroll működését.

4. A csoportkultúráját is fel kell mérnie a csoportvezetőnek a csoport megismerésekor. Vizsgálja azt is, hogy a kialakuló kultúra segíti-e a csoportot céljai elérésében. Nehéz megváltoztatni a csoport kultúráját, ha az már megszilárdult.

### Ellenállás<sup>3</sup>

Az egyén azon törekvése, hogy megvédje magát a lelki egyensúlyát fenyegető (önismereti) munkával, (önismeret) fejlesztéssel szemben.

Néhány példa az ellenállásra:

- Általánosító távolítás: az adott konkrét téma általános síkra terelése.
- Verbális agresszió: a csoporttagok, a vezető, a csoport kollektív bírálata.
- Bűnbakképzés: a csoport „rászáll” arra, aki erre a szerepre szinte fölkinálja magát a többiek által rosszul tűrt tulajdonságával.

Az ifjúságsegítő fontos feladata, hogy ismerje a csoportszervezés szabályait, a csoport működési mechanizmusait és fejlődési szakaszait, annak érdekében, hogy közösségi tevékenysége során, rá tudjon nézni az adott közösségre, amivel dolgozik, és objektíven tudja értékelni annak munkáját. Csoportot bármilyen cél érdekében szervezhet a segítő, amelyről bebizonyosodik, hogy a csoportos munkamódszer alkalmazásával a leghatékonyabb a cél elérése. Ilyen cél lehet többek között egy összetartó közösség létrehozása, kortárs segítő csoport kialakítása, egy adott projekt lebonyolítása, vagy akár egy drog prevenció program létrehozása.

### 4. Feladat

Az oktató irányítása mellett végezzék el a következő feladatot. A feladat címe: Csoportos mesealkotás. Az oktató egy labdát fog a kezében és a következő instrukciót adja a csoportnak: Mesét fogunk alkotni. Akinél a labda van, egy, maximum 2 mondatot hozzátesz a meséhez, majd átdobja azt egy csoporttársának, aki ismét csak egy gondolatot tehet hozzá a meséhez, a csoport tagjai a labdával "szólítják meg, vonják be csoporttársaikat a játékba. A résztvevők egyszer passzolhatnak a játék során. A meseszöveg végét az oktató jelzi azzal, hogy visszakéri a labdát. Törekedjenek a csoporttagok arra, hogy mindenki "szóhoz tudjon jutni" a feladatban. A feladat max 15 perc.

---

<sup>3</sup> Rudas János (2004) munkája nyomán (Delfi örökösei, Új mandátum Könyvkiadó, Bp.)

A mese megalkotását követően, játsszák el a mesét! (A csoport létszáma max.: 8 fő, ha ettől több, ossza az oktató két csoportra a tanulókat. Mindkét csapatnak ugyanazt a feladatot kell elvégeznie.) Az oktató kivonul a feladat irányításából, és a csoportot hagyja önállóan dolgozni. A csoportnak max.:10 perce van arra, hogy kiossa a szerepeket, megrendezze az "előadást".

A csoport(ok) miután előadták a mesét, elemezzék a csoport működésének folyamatát és dinamikáját! (hogyan osztódtak ki a szerepek, ki, milyen szerepet kapott/választott és miért, hogyan zajlott a kommunikáció a csoportban az önálló munka során, mi segítette és mi nehezítette a feladat megoldást, hogy érezték magukat a feladatban, stb.). Amennyiben két csoport dolgozik, akkor egymás megfigyelői lesznek. Az alábbi szakmai szempontok mentén figyeljék az előadást: a csoportkohézió, a szerepekkel való azonosulás foka, együttműködés, a feladatmegoldás dinamikája, gördülékenysége.

## A SZENVEDÉLYBETEGSÉGEK KIALAKULÁSI FOLYAMATAI ÉS HATÁSAI

Az egészséges személyiségfejlődés feltételeit elsősorban a stabil, szeretetteljes családi háttér biztosíthatja. A számos tényező egyike, ami miatt a gyermek dependens személylé válhat, a személyiségfejlődés megrekedése. Már óvodás- és kisgyermekkorban felfigyelhetünk a következőkre: figyelemzavar, tanulászavar, túlmozgásosság, agresszió. Elmaradás észlelhető a kommunikációban, társas kapcsolatokban, bizalom kialakulásában, a kooperációban, a problémamegoldásban.

### 1. A drogfogyasztás kialakulásának lehetséges okai

A szerhasználó fiatalok nem tudnak egyetlen okot meghatározni, amikor erről kérdezik őket a szakemberek. A probléma oka nagyon összetett, és csak általános megfogalmazásokat tudunk adni.

#### *Családi gondok, problémák*

- Szélsőséges nevelési formák: túlzott kényeztetés, vagy szigor, elvárások
- Megoldatlan élethelyzetek: válás, veszekedés, italozás
- Rossz példakép: alkoholista, esetleg gyógyszerfüggő szülő. A fiatalok már kisgyermekkorban megtanulhatják, hogy ha kimerült vagyok, vagy feszült, akkor elég oldanom mindezt egy gyógyszerrel, vagy az alkohollal, ahogy azt szüleim is mindig tették. Ha a családban a problémamegoldás egyik eszköze a szerhasználat, ahelyett, hogy a probléma okát tisztáznák, a konfliktusokat átbeszélnék, és a feszültséget csökkentenék, akkor egy olyan viselkedési modellt alakítanak ki, amely szerint nem gond az, ha a problémák megoldását a szerekre bízjuk, amelyek elvégzik helyettünk a piszkos munkát.
- Ellenőrizetlen szabad idő, késő esti csavargás, éjszakai kimaradások, titkolózások
- A munkaidő meghosszabbodása: gyermeknevelésre kevés idő marad, érzelmi kötődés, bensőséges kapcsolat hiánya a szülőkhöz, elhagyatottság érzése

#### *Baráti környezet*

A fiataloknál szerepet játszik az azonos életkorúak csoportja, mivel modellként számít. A csoporthoz tartozás nemcsak szociális igény, hanem egyfajta élménykeresés, kíváncsiság. A csoportban elszívott első cigaretta, az első üveg sör, vagy az első joint egyfajta beavatási szertartásnak is számít, és a csoport kohézióját többszörösére növeli, hiszen a tiltott gyümölcs együttes kipróbálói. A deviáns csoportba tartozó tag számára a csoport, és a csoporthoz való tartozás irreálisan felértékelődik. Vannak bizonyos helyszínek, ahol a kortárscsoportok erős befolyásoló hatása, szinte kikerülhetetlen: terek, szórakozóhelyek, aluljárók, koncertek. Ha ezeken a helyeken a fiatal úgy jelenik meg, hogy nem készült fel a nemet mondásra, akkor automatikusan belesodródhat az eseményekbe, a tiltott szer kipróbálásába, annak érdekében, hogy elkerülje a presztizsvesztést, vagy a teljes kirekesztettséget.

### *Iskolai problémák*

- Tanulmányi nehézségek
- A túl magas követelmények alulteljesítése
- Kudarcélmény
- A stresszhelyzet helytelen megoldása

### *Egyéb okok*

- Kíváncsiság
- A „nem mondás” képességének hiánya
- A baráti környezetnek való megfelelés
- Pszichés / lelki / torzulás
- Öröklött hajlam
- Véletlen
- Unalom, magányosság, a realitás előli menekülés
- Szorongás és feszültség elhárítása

Kezdeti időszakban a szerhasználatot nagyon nehéz felismerni, mert nincsenek markáns jelei. Azonban felfigyelhetünk pszichikai, fizikai tünetekre, a szerhasználatra utaló tárgyi jelekre/eszközökre valamint magatartásbeli változásokra is. Amennyiben a szülő nem érzékeli ezeket a jeleket, úgy a családgondozó a családdal, gyermekkel való együttes munka során megteheti azt.

Ehhez azonban fontos, hogy a segítő tisztában legyen az addiktológia alapfogalmaival, a szerek bizonyos jellemzőivel és hatásmechanizmusával, a droghasználat jogi hátterével, illetve a segítségnyújtás és terápiás lehetőségek szakmai hátterével.

## 2. Általános összefoglaló a droghasználatra utaló jelekről:

A droghasználat során észlelhető **fizikai tünetek**: az állóképesség romlása; testsúly csökkenés; kimerültség; vérbő szemek; tág vagy szűk pupilla; fogazat leromlása; koordinálatlan mozgás; figyelem tompulása, tájékozódási zavarok, érzékcsalódás.

**Pszichikai tünetei:** elidegenedés, depresszió, értelmi és érzelmi hanyatlás, önkontrollvesztés, alulmotiváltság; hangulatváltozások (félelem, szorongás, ingerültség), a figyelem és koncentrációs képesség zavara, indokolatlan fáradtság.

**Változások a mindennapi szokásokban:** iskolakerülés, tanulmányi eredmény leromlása, egyéb rendszeres elfoglaltságok hanyagolása (pl: szakkör, sport, külön óra, stb.); konfliktusok a gyermek környezetében; megszokott, társas kapcsolatok beszűkülése, az addig kialakult baráti társaság elvesztése. Jellemző továbbá álmatlanság, kialvatlanság, kommunikációs zavar, emlékezet kiesés, családon belül értéktárgyak, pénz eltulajdonítása. A gyermek külső megjelenésére egyre kevesebb gondot fordít. A szerhasználó fiatalok gyakrabban eshetnek áldozatául közlekedési balesetnek, esetleg annak okozói lehetnek.

## 2. Fontos alapfogalmak:

(forrás: BNO-10, valamint Dr. Valló Ágnes: A tartós szerfogyasztás élettani-, körélettani hatásai)

### **Szenvedélybetegség:**

Azon magatartásmód, amely bizonyos kémiai anyagok rendszeres fogyasztását foglalja magába, és amelyben a szertől függőség (dependencia) alakul ki. A személyiség nem tud lemondani ezen szer használatáról, akkor is használja, ha annak testi, pszichés vagy szociális ártalmait érzékeli; illetve ha a szer fogyasztását a környezete tiltja vagy bünteti. A szerhez hozzászokás alakul ki, ami azt jelenti, hogy a szer iránti igény egyre növekvő motivációs erővé válik. A hozzászokás része a hiánytünet vagy elvonási tünet.

### **Abúzus (szerrel való visszaélés):**

Visszaélésről, akkor beszélünk, ha a fogyasztó a szert rendszeresen használja, abból a célból, hogy hangulatát, tudatát, pszichés státuszát befolyásolja. Az abúzus, jelentős szomatikus következményeket okozhat. Ha a fogyasztó nem jut szerhez, azt nem követi leküzdhetetlen sóvárgás, illetve testi tünetek sem jelentkeznek. Többnyire megelőzi a dependenciát, de sokaknál egész életükben fennállhat.

### **Dependencia:**

A dependencia a szer használatától való függést jelenti. Ezen belül van testi és lelki függés. A lelki függés a szer utáni heves vágy, és ezt az állapotot drokkereső magatartás jellemzi. Testi függésről akkor beszélünk, ha a szer használata során tolerancia alakul ki, illetve az elhagyáskor megvonási tünet együttes jelentkezik. Alkalmi szerhasználat nem okoz szomatikus dependenciát.

## 3. A pszichoaktív szerek osztályozásának néhány lehetősége:

A) Legalitás szerint:

- *Legális drogok*: Azon kábítószer, amelyeknek gyártását, raktározását, behozatalát, kivitelét, forgalmazását az állam nem tiltja, illetve nem köti különösen szigorú ellenőrzéshez. Ilyenek a tea, a kávé, az alkoholtartalmú italok, a dohányárak, illetve a gyógyszerek.
- *Illegális drogok*: Azon anyagok, amelyeknek gyártása, raktározása, behozatala, kivitele, forgalmazása államilag tiltott, illetve ez csak külön engedély alapján az erre feljogosítottak számára, kizárólag egészségügyi vagy tudományos célra és különösen szigorú ellenőrzés mellett lehetséges.

### B) Kockázatuk szerint:

Kockázat szerinti osztályozást (pl. kemény, lágy drogok) a jelenlegi szakmai állásfoglalások szerint nem használatos, mivel egy adott szerrel kapcsolatos kockázatok nagyban függenek egyéni és társadalmi környezeti hatásoktól, valamint a szerfogyasztói magatartás jellegétől.

### C) Szerek hatásai szerint

- *Stimulánsok* vagy "gyorsítók": Azokat a szereket soroljuk ebbe a csoportba, melyek energetizálják, feldobják a fogyasztót. Ilyenek a kokain és az amfetamin-származékok (speed, extasy), illetve a legális drogok közül a koffein.
- *Depresszánsok* vagy bódító szerek: Erős nyugtató, szorongásoldó hatással rendelkező kábítószer. Ide tartoznak az ópiátok, az alkohol, a nyugtatók, valamint a ragasztó- és hígító szerek.
- *Hallucinogének*: Ezeknek a szerekeknek tudattágító, a beelátó és felfedező képességet növelő hatásai vannak. Hatásuk alatt a világot és a problémákat teljesen más szemmel szemlélik. Az érzékelés és a gondolkodás eltorzul, álomszerű jelenések, látomások jelentkeznek. Ezt a csoportot képviseli az LSD és a psilocybin hatóanyagú "varázsgomba".
- Atípusos hatású drogok: Ide tartoznak azok a kábítószer, melyek hatásmechanizmusukban a fenti három csoporttól eltérnek. Az "angyalpor", melynek a PCP a hatóanyaga, illetve az anabolikus szteroidok csoportja, melyeket testépítők és sportolók használnak.

### D) Eredetük szerint:

- Természetes eredetű szerek: hasis, marihuána, ópium, morfin, meszkalin, psilocybin;
- Félszintetikus szerek: (természetes eredetű alapanyagokból kis átalakítással nyerik): heroin, LSD, kokain;
- Szintetikus szerek: (kémiai eljárással hozzák létre): Amfetamin, GHB, MDMA, PCP.

## 4. Az ifjúságsegítő szerepe a drog prevenció területén

A prevenció megelőzést jelent, olyan tevékenységet, mely a veszélyhelyzetek kialakulásának vagy a már kialakult probléma továbbfejlődésének, súlyosbodásának megelőzésére irányul.

Az *egészség-megőrzés* olyan eljárás, folyamat, amellyel az ember az egészségi állapotának fokozott ellenőrzésére és jobbá tételére alkalmas lehet. Az egészségvédelem célja az egyén megnyerése egészségének megtartására, fejlesztésére, a betegségmentes életévek kiterjesztésére.

Az ifjúságsegítő egy, a sok segítő szakember közül, akinek fontos feladat, hogy olyan programokat és szolgáltatásokat nyújtson a fiataloknak, gyerekeknek, amelyek élvezetesek, közösségi élményt nyújtanak, miközben pozitív értékeket közvetítenek.

A prevenciós programok csak akkor tudnak eredményeket elérni, ha azok jól átgondoltak, szükségletorientáltak, és az adott korcsoport érdeklődésének tökéletesen megfelelnek. Csak ebben az esetben tudnak versenyezni a droggal, mint a kíváncsiság titkos tárgyával.

A droggal való találkozásnak még ki nem tett fiatalok a különösen veszélyeztetett korosztályok, és kortárs csoportok lesznek a prevenciós programok elsődleges célcsoportjai. Az egészségmegőrzés céljából szervezett programok során, növelhető az eredmények hatékonysága, ha bevonjuk a hasonló problémákkal foglalkozó szakembereket (szociális munkás, orvos, pedagógusok, addiktológus), és együttműködve valósítjuk meg terveket.

A program helyszíne lehet az iskola, a család, a lakókörnyezet, a szabadidő eltöltésére szánt helyszínek, stb., ahol a legkönnyebb megtalálni a fiatalokat, illetve ahová behívhatók a fiatalok (klub, családsegítő szolgálat, szabadidő központ, stb.).

A prevenciós programok legfontosabb eszközei és módszerei: információnyújtás, készségfejlesztés – akár kiscsoportos formában, sportprogramok szervezése, tanácsadások, klubbeszélgetés szervezése, stb.

A prevenció terén a családnak van –lenne– a legfontosabb szerepe. A gyerekeknek szükségük van a megbecsülésre, az érzésre, hogy szeretik, elfogadják, meghallgatják és segítik őket. A felelősségtudatra, hogy képesek legyenek jó döntések meghozatalára. Fontos számukra az ügyesség érzése, hogy van olyan dolog az életükben, amit jól tudnak "csinálni", probléma, melyet kiválóan megoldanak. Meg kell tanulni, hogy felelősséget vállaljanak tetteikért és elfogadják azok következményeit. A gyerekek nagyon hamar véleményt formálnak a drogról: a cigarettáról, az alkoholoról, vagy egyes gyógyszerekről. Ehhez a szülői modell és a családi légkör jelentős mértékben hozzájárul. Ezért az elsődleges prevenciónak a családon belül kell megkezdődnie.

Az iskola és a közösségi terek a prevenció másodlagos színterei, ahol nagyon sok munkája van a szakembernek. Az egészséges életmóddal kapcsolatos programok hosszú listáját lehetne itt felsorakoztatni (önismereti csoport, leszokott drogossal való beszélgetések, közös sportrendezvények, drogos filmek megbeszélése, túrázás, stb.). Azonban az egyik legfontosabb alapelv meg kell, hogy jelenjen ezekben a programokban, a "nemet mondásra" meg kell tanítani a fiatalokat, fel kell készíteni őket erre a helyzetre.

*Továbbá a programok során az alábbi dolgokat érdemes megtanítani a fiatalokat:*

- apróbb sikertelenségek elviselését;

- konfliktusok hatékony megoldását;
- korlátokat felállítani és elfogadni;
- érzelmeket kifejezni;
- kapcsolatokat építeni;
- saját erőnyeit és gyengéit felmérni;
- ellenállni a reklám nem kívánatos hatásainak és elsajátítani helyes megítélésüket;
- az érzéseket kezelni;
- a pozitív értékrend kialakítását;
- a jó közérzet, a boldogság és sikeresség szükségletének kontrollálását.

Az országban megtalálható, elérhető, működő prevenciós programok jelentős része megtalálható a Nemzeti Drogmegelőzési Intézet Szakmai Információs Portálján.(www.ndi-szip.hu)

### 5. Feladat

Önálló munka során, gyűjtse össze a megyéjében fellelhető azon intézményeket, amelyek a szenvedélybetegségek kezelésével foglalkoznak. Ismerje meg honlapjukról (amennyiben van), vagy egyéb forrásból működő szolgáltatásaikat, illetve a bekerülés feltételeit. A feladatot 1 hónap alatt kell elvégeznie.

Kutatómunkája eredményeit foglalja össze egy házi dolgozat formájában, amit számítógéppel, szerkesztett formában nyújtson be az oktatónak. A megszerzett információit osszák meg a közösségben egymással.

*Hasznos linkek:*

- [www.szmm.gov.hu](http://www.szmm.gov.hu)
- [www.ndi-int.hu](http://www.ndi-int.hu)
- [www.ndi-szip.hu](http://www.ndi-szip.hu)
- [www.kekpont.hu](http://www.kekpont.hu)
- [www.drogvilag.hu](http://www.drogvilag.hu)
- [www.droginfo.hu](http://www.droginfo.hu)
- [www.jozanbabak.hu](http://www.jozanbabak.hu)
- [www.drognet.uw.hu](http://www.drognet.uw.hu)
- [www.kiabal.netii.net](http://www.kiabal.netii.net)

### Összefoglalás

A csoportok azok a többnyire biztonságos, védelmező légkört biztosító helyszínek lehetnek az életünkben, ahol lehetőségünk nyílik saját kommunikációs sémáinkról tudomást szereznünk, felismerhetjük a viselkedésünket behálózó összefüggéseket. Egy csoportba megismerhetjük saját reakcióinkat, visszajelzést kaphatunk pozitív és negatív tulajdonságainkról és mi is visszajelzést adhatunk másoknak ezekről. A közös cél érdekében megvalósított feladatokon keresztül megismerik a tagok egymást, kötődések alakulnak ki egymás között, és persze ellenérzések is, amelyek minden csoport velejárái. A közös élmények, a bizalmi légkörben való közös munka, az együtt elért eredmény, mind – mind segíti a csoportkohézió kialakítását. Ez a védett környezet, lehetőséget ad az egyénnek, hogy kipróbálhassa önmagát minden sérülés nélkül, visszajelzést kaphasson magáról, hogy személyiségét ezzel is építhesse, és jól érezhesse magát, egy megszokottól eltérő folyamatban. Ez a vonzereje a csoportnak!

MUNKKAMINTA



## TANULÁSIRÁNYÍTÓ

Az ifjúságsegítés, s általában a segítő munka szakmai szempontból fejlesztő, támogató és segítő tevékenység. Az ifjúságsegítő szakember a szociális segítség alapfeladatait is ellátja munkája során.

Ahhoz, hogy e segítői feladatoknak, s a segítséssel szemben támasztott elvárásoknak Ön meg tudja felelni, szükséges néhány módszerbeli tanács követése, és elsajátítása..

Először is azt kell szem előtt tartania, hogy e tananyagban szereplő tartalmat a megértéshez való hozzásegítés érdekében át kell ültetnie a gyakorlatra; tehát konkrét feladatokat kell megoldani, s nem is mindig egyedül, hanem tanuló párral.

A tananyag tartalmaz köznyelvi és szakmai nyelvi megfogalmazásokat, szófordulatokat egyaránt; mindkét tartalmi megfogalmazást el kell tudnia olvasni, s értelmeznie is kell tudni. Az értelmezéshez szakkönyveket, illetve az internetet vegye igénybe, s emellett, akárcsak a feladatok megoldásánál, törekedjen az olvasottakról tanuló párral beszélgetni.

Egy - egy rész után feladatot talál, mely feladat megoldásával ellenőrizheti, hogy megfelelően sajátította el a leírt ismereteket. Akkor tud eredményesen tanulni, ha sorban halad a tananyagban, s a tananyag szerves részének tekinti a feladatokat. Tehát úgy tanulja e tananyagot, hogy sorban halad; a szükséges feladatokat megoldja, majd levonja a tananyaghoz tartozó következtetéseket! Ezt követően olvassa el többször az elméleti részét a tananyagnak!

A tanulásirányító feladatok megoldása a legtöbb esetben a hallgató szubjektív döntésére és az oktató szakmai kontrolljára van bízva, de az egyes feladatok megoldására vonatkozó megjegyzéseket a MEGOLDÁSOK fejezetrész alatt találja a tananyagban arab számokkal jelölve a feladatokat, nem összetévesztve az önellenőrző feladatok, arab számmal jelölt megoldásaival.

## ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

### I. feladat

A 2. tanulásirányító feladat során egy ifjúsági csoportot szervezett. Ugyanezen csoport megszervezése kapcsán, toborozzon tagokat a csoportba! Készítsen plakáttervet az induló csoport programtervéről! Vegye figyelembe a célcsoport életkori sajátosságait és a szakmai szempontokat a figyelemfelkeltés kapcsán!



**2. Feladat**

*A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)*

Gondolják végig közösen, hogy ifjúságsegítőként, hogyan, milyen módszerekkel, szolgáltatásokkal tudnák elősegíteni az egészségmegőризést a fiatalok körében! Írják le ötleteiket és az egyes ötletek mellé rendeljék oda a megvalósítandó célt is!

MUNKANYAG

## MEGOLDÁSOK

### A TANULÁSIRÁNYÍTÓ feladatok megoldásai:

#### 1. Feladat

Gyógyító/terápiás csoportok:

- Személyiségfejlesztő csoport – célja: a résztvevő képességeinek fejlesztése, tudatosság, belátás, vita és tapasztalatok révén.
- Oktató csoport – célja: a tanulás, vita és tapasztalatszerzés útján történő ismeretszerzés elsajátítása.
- Szocializációs csoport – célja: A kommunikációs készség fejlesztése, a társas készségek fokozása.

Feladat csoportok:

- Esetmegbeszélő csoport – célja: egy adott eset kapcsán döntés előkészítése, vagy maga a döntés meghozatala.
- Team – célja: egy feladat előkészítése, közös megvalósítása, kölcsönös részvétel a kliensekkel való munkában.
- Bizottságok – célja: Jelentés, vagy speciális feladat elkészítése, szakértői vélemény vagy előterjesztés.

#### 2-3-4 Feladat

A hallgató és a kiscsoport egyéni, szubjektív döntése határozza meg a feladat megoldását, melynek külső kontrollja maga az oktató, így adekvát megoldás nem írható a feladatokhoz.

#### 5. Feladat

A hallgató és a kiscsoport egyéni, szubjektív döntése határozza meg a feladat megoldását, melynek külső kontrollja maga az oktató, így adekvát megoldás nem írható a feladatokhoz.

A házi dolgozat elkészítésének alapvető feltétele a szövegszerkesztő program ismerete, és gyakorlati alkalmazása. A dolgozat ki kell, hogy térjen az adott szervezet feladatára, céljára, és a szolgáltatási paletta bemutatására. Fontos szempont a kliens intézménybe kerülésének módjainak és lehetőségeinek bemutatása.

## Az ÖNELLENŐRZŐ feladatok megoldásai:

### I. Feladat

A hallgató egyéni kreativitása és döntése mentén oldja meg a feladatot. Nem adható rá egyetlen releváns megoldás, de fontos szempont a jó megoldás során a figyelemfelkeltő jellege, a célcsoport életkori sajátosságainak megfelelő nyelvhasználat, a csoport indítása kapcsán a legfontosabb információk feltüntetése (cél, időpont, helyszín), illetve a szervező elérhetőségi lehetőségeinek megjelenítése.

### II. Feladat

A hallgató egyéni döntése alapján adhat választ a feladatra, így bármely megoldás elfogadható, ami a prevenció irányába hat, és célja a hasznos szabadidő eltöltés, az egészséges életmód kialakítása.

A prevenció programok legfontosabb eszközei és módszerei, melyeket az ifjúságsegítő alkalmazhat (a teljesség igénye nélkül), illetve azok céljai az egészségmegőrzés kapcsán:

- Információnyújtás – (célja: a felvilágosítás, adekvát szolgáltatáshoz közvetítés)
- Közösségi programok (célja: készségfejlesztés, közösségszervezés, hasznos szabadidő eltöltés, önismeret fejlesztés, konfliktuskezelés, stb.)
- Sportprogramok szervezése (célja: a mozgás beépítése a mindennapi életbe, a fizikai erőnlét növelés, közösségfejlesztés)
- Tanácsadások (célja: a kialakult veszélyeztetés megszüntetése, hatékony konfliktus megoldási módszer elsajátítása a lelki egészség megőrzése érdekében)
- Klubbeszélgetés szervezése (célja: egy közös tér kialakítása, hasznos szabadidő eltöltés, valahová tartozás érzésének felerősítése, társadalmilag elfogadott normák közvetítése)
- Családi programok (célja: a családi rendszerek megerősítése, az egészséges családmodell közvetítése, közös programlehetőségek biztosítása – egymás megismerése)
- Táboroztatás (célja: élményszerzés, értékek közvetítése)
- Minden egyéb program, mely az adott településen elérhető, megvalósítható és az ifjúság segítésének céljaival összeegyeztethető

## IRODALOMJEGYZÉK

### FELHASZNÁLT IRODALOM

Csepeli György: A szervezkedő ember, Osiris Kiadó, Bp., 2001.

A gyermekjóléti szolgáltatók feladatai a kábítószer-használat megelőzésében és a szerhasználattal érintett gyermekek ellátásában , In.Módszertani Gyermekjóléti Szolgálatok Országos Egyesülete – Konszenzus Kiadványok 2010.

Keresztes György: Szociális munka, szociális problémák és megoldásuk rendszere, Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet, Budapest, 2008

Németh László: A szociális csoportmunka elmélete és szociális csoportok vezetésére felkészítés <http://equal.nfu.hu/download.php?docID=332>

Rudas János: Delfi örökösei, Új mandátum Könyvkiadó, Bp., 2004.

Whittaker, James: A csoportfejlődés ötszakaszos modellje és alkalmazásának gyakorlati vonatkozásai In: Hegyesi Gábor et.all (szerk.): Szociális munka csoportokkal, Bárczi G. Gyógyeped. TF. Budapest, 1997.

### AJÁNLOTT IRODALOM

Dr. Rácz József: A droggérdésről őszintén, B + V Lap- És Könyvkiadó, 2000

John Kotter: Olvad a jéghegyünk!, Trivium Kiadó, Budapest, 2007

Kaposi László: Játékkönyv, Színházi füzetek, Marczibányi Téri Művelődési Központ Kerekasztal Színházi Nevelési Központ, Budapest, 1993

Nagy Ádám (szerkesztő): Ifjúságügy. Ifjúsági szakma, ifjúsági munka. Palócvilág Alapítvány, Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest, 2008.

A(z) 1896–06 modul 008–as szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
55 762 01 0000 00 00	Ifjúságsegítő

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:  
25 óra

MUNKANYELVI ANYAG

MUNKANYAG

A kiadvány az Új Magyarország Fejlesztési Terv  
TÁMOP 2.2.1 08/1-2008-0002 „A képzés minőségének és tartalmának  
fejlesztése” keretében készült.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap  
társfinanszírozásával valósul meg.

Kiadja a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet  
1085 Budapest, Baross u. 52.

Telefon: (1) 210-1065, Fax: (1) 210-1063

Felelős kiadó:  
Nagy László főigazgató