

**EFOP-2.2.0-16-2016-00008**

# **Pszichiátriai és addiktológiai gondozóhálózat fejlesztése**

## **SZOCIOTERÁPIA**

**Szakdolgozói továbbképzés tananyaga**

**Szerző:  
ISTVÁN ZALÁN**

**SZÉCHENYI** 



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Regionális  
Fejlesztési Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

# A SZOCIOTERÁPIA FOGALMA

A szocioterápia lényege: a humán tevékenységek teljes skáláját felölelve, a társas kapcsolatok dinamikájára építve a szociális tanulás és a kreatív önmegvalósítás elősegítése.

Minden humán tevékenységre építhető szocioterápiás eljárás, amelynek terápiás értéke csak akkor lesz, ha nem a tevékenység pusztá gyakoroltatására szorítkozik, hanem a személyiség kibontakozását, differenciálódását, társas viszonyainak dinamizálását szolgálja.

# A FOKOZATOSSÁG SZEMPONTJAI ÉRVÉNYESÜLNEK

Követelmények, elvárások  
fokozatos emelése



Partnerség



Lépcsőzetesség



Folyamatosság

# SZERVEZŐDÉSE ALAPJÁN

**Aktív**

a tagok maguk is alkotnak

**Passzív**

már meglévő alkotásokon keresztül osztanak meg élményeket, érzéseket és ezeken keresztül elemeznek

- A szocioterápiák legfőbb jellemzői: nélkülözhetetlen, főleg kiegészítő jellegű terápiás módszerek, amelyek a gyógyszeres és a pszichoterápiás eredmények elmélyítésére szolgálnak, hatásukat azokkal szoros összhangban fejtik ki.
- A szocioterápia színtere a csoport, mint a legkisebb reszocializációs egység. A szocioterápia segíti az egyént a csoportba integrálódni. A kiindulási pont az, hogy a csoportvezető megkeresi azokat az eszközöket, amelyekkel a legjobban meg tudja közelíteni az embereket.

# A SZOCIOTERÁPIA 4 ALAPVETŐ TECHNIKÁRA ÉPÍT



Képzőművészet



Mozgás



Zene



Irodalom

A különböző technikák használatával és a csoporttársak folyamatos reagálásán, tükrözésén keresztül az egyén saját magára tekinthet, több szempontot kaphat a megértéshez.

# A SZOCIOTERÁPIÁK LEGFŐBB FORMÁI



Munkaterápia

Foglalkozás  
terápiák

Közösségi  
terápiák

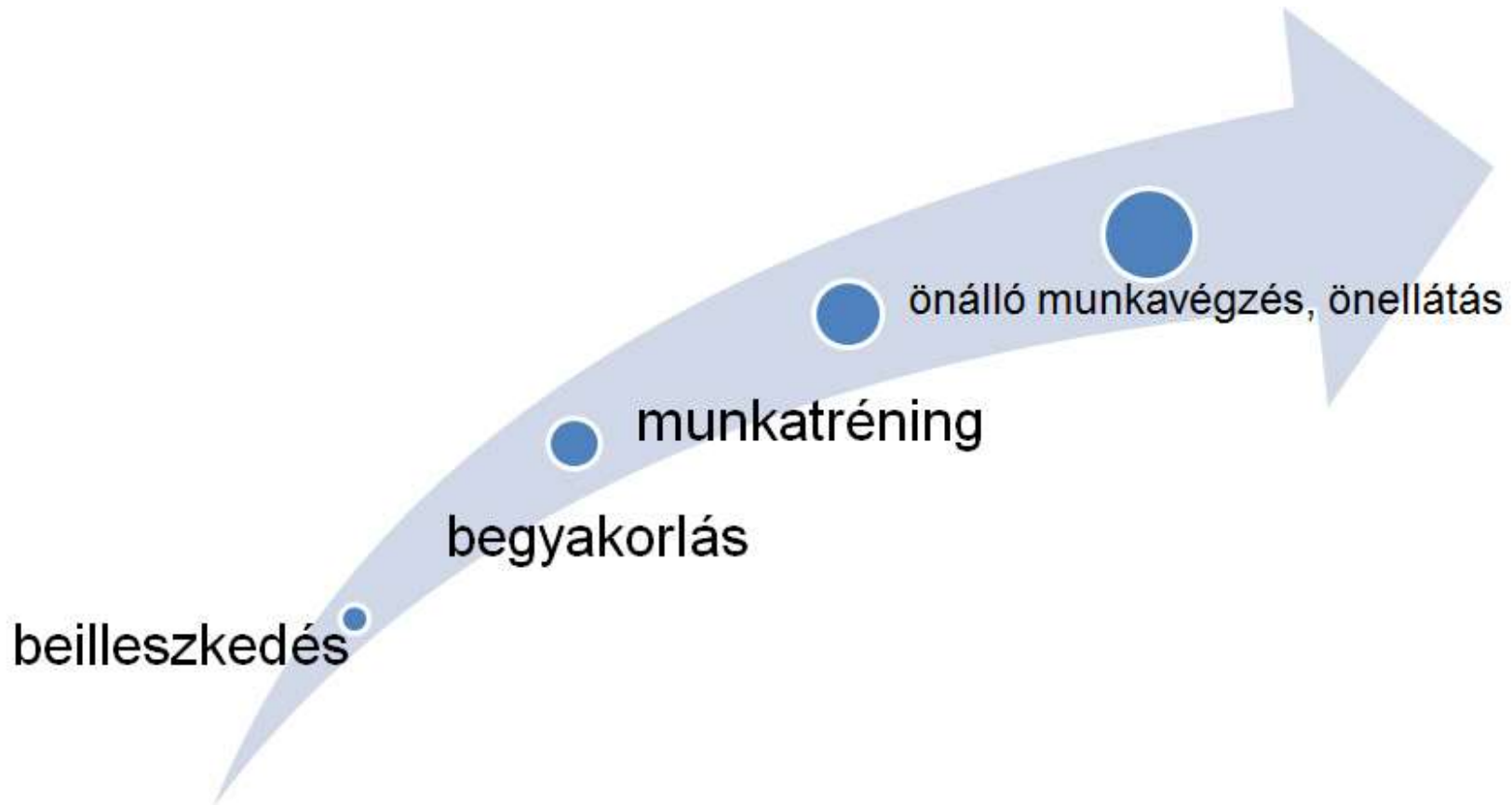
Szociális  
készségek  
tréningje



# MUNKATERÁPIA

A gyógyuló beteg tevékenysége során valamilyen értéket hoz létre.

## A munkaterápiás terv szakaszai:



# MUNKATERÁPIÁS FOLYAMAT

Funkció helyreállítása

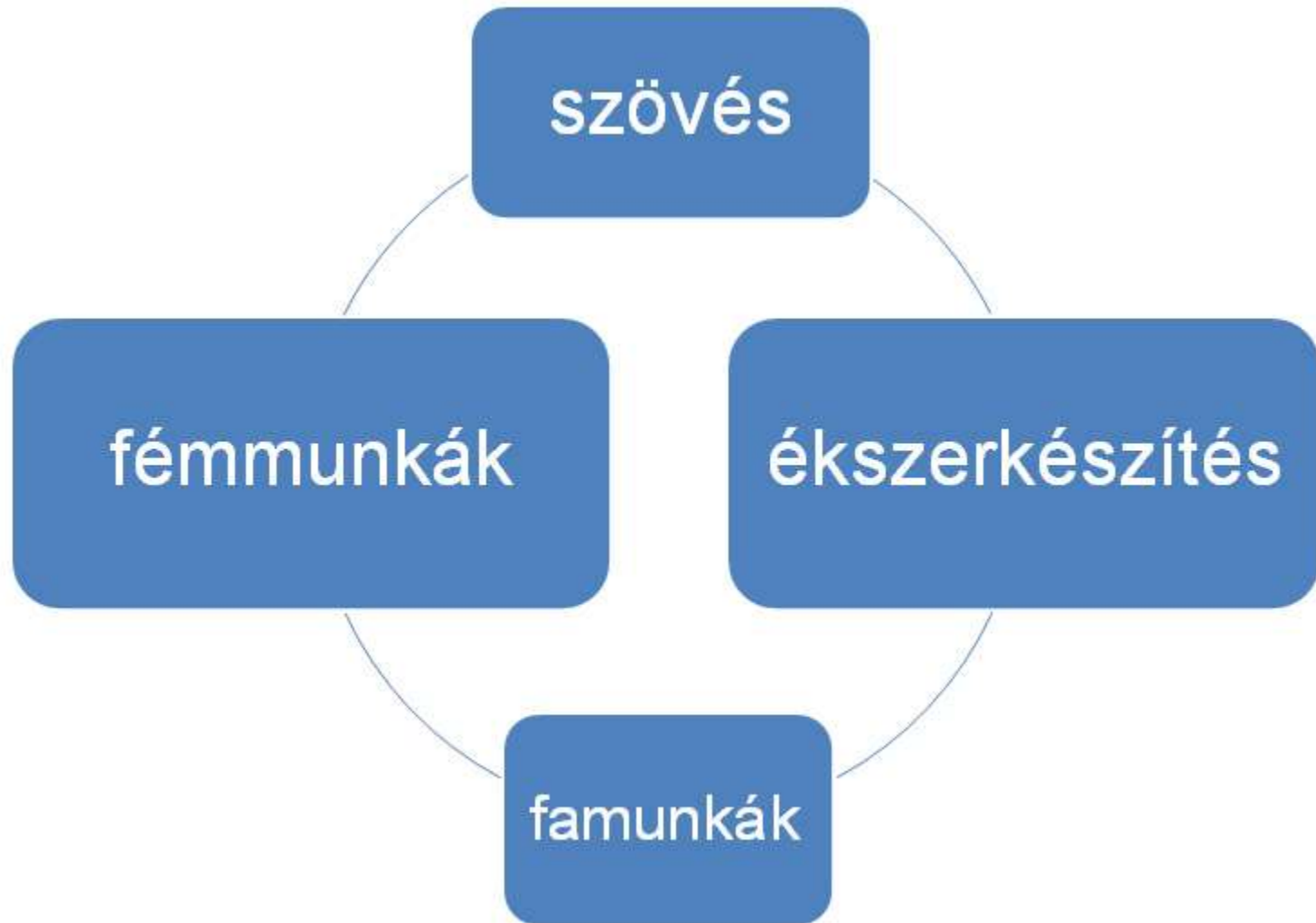
Funkció megtartása

Munkatréning alkalmazása

# MUNKATERÁPIA FOKOZATAI

- Ráhagyó foglalkozás
- Terápiás céllal végzett munka
- Munkatréning
- Szakmai munkára való felkészítés
- Visszaállítás az eredeti munkába

# MUNKATERÁPIÁS TECHNIKÁK



# FOGLALKOZÁSTERÁPIÁK

- Kreatív és művészeti terápiák (aktív vagy passzív)
- Képzőművészeti terápiák
- Zeneterápia (aktív vagy passzív)
- Biblioterápia
- Színjátszás terápia
- Mozgásterápiák
- Játékterápiák
- Kombinált foglalkozásterápiák

# KÖZÖSSÉGI TERÁPIÁK

Terápiás közösség

Betegönkormányzat

Klubterápiák

Önsegítő szervezetek

# SZOCIÁLIS KÉSZSÉGEK TRÉNINGJE

- Kommunikációs tréning
- Problémamegoldó tréning
- Asszertív tréning
- Pszichoedukáció
- Mindennapi élettevékenységek programjai

A szocioterápia önálló gyógyító módszer  
sajátos elméleti alappal és  
célkitűzéssel.

A rehabilitáció legfőbb eszköze!




# A SZOCIOTERÁPIÁK HATÁSAI


- Érzelmeket kelt
- Elvonja a figyelmet a kórfolyamatról
- Szélesíti az érdeklődést
- Új szokások kialakításával rendezettebbé teszi a viselkedést
- Gyakoroltatja a képességeket
- Javítja a megmaradt lelki működések
- Javítja a kognitív funkciókat
- Sikerélményt nyújt
- Fejleszti a személyiséget
- A teljesítmény növeli az önbizalmat

- Szociális készségek fejlesztése: egy hatékony módszer a szkizofréniával élő betegek rehabilitációjában
- A **szociális kompetencia** az egyénnek az a képessége, hogy a szociális elvárások és személyes igényei között elfogadható kompromisszumot kössön.


Mentális képességeikben korlátozott emberek elsődleges célja, hogy olyan szociális szerepeket tölthessenek be, amelyek emelik az életminőségüket.



- A szkizofrénia tünetei rendkívüli módon megnehezítik a páciensek szociális életét, ezáltal a környezethez való alkalmazkodást.



- A hatékony kommunikáció fontos erőforrása a gyógyulásnak.



- A felépüléshez komplex terápiára van szükség. A rehabilitációs kezelés egyik legfontosabb eleme a szociális készség tréning.

# LEGGYAKRABBAN HASZNÁLT SZOCIÁLIS KÉSZSÉGEK

- Szemkontaktus fenntartása
- Testtartás
- Szociális távolság
- Mimika
- Hang intonációjának változtatása
- Kommunikáció elkezdése-fenntartása-lezárása

# ALAP TÁRSALGÁSI KÉSZSÉGEK

- Verbális és non-verbális kommunikációs készségek kialakítása
- Barátságos beszélgetés indítása
- Barátságos beszélgetés fenntartása
- Beszélgetés kellemes lezárása
- A készségek egyesítése

## Affiliatív készségek

Barátkozás

Családi élet

Templom

Szórakozás

Szabadidős  
tevékenység

Csapatportok

## Gyakorlati készségek

Alapvető szükségletek

Vásárlás

Munkavégzés

Banki ügyintézés

Közlekedés

Iskola

# TEMATIKA

## 1. Figyelmet koncentráló készségek:

- Hogyan maradj a témánál?
- Mit tegyél, ha nem érted a beszélgetőtársad?

## 2. Magabiztosságot erősítő készségek:

- Kérések visszautasítása
- Reklamáció, panasztétel
- Válasz a panaszra, reklamációra
- A düh kimutatása
- Információkérés
- A bizonytalanságérzés megosztása
- Válasz kéretlen tanácsra

## 3. Konfliktuskezelés segítése:

- Véleménykülönbség veszekedés nélkül
- Válasz hamis vádakra
- Kompromisszum és tárgyalás



# TERÁPIÁS TERV

➤ Fokozatosság

➤ Rövid távú célok  Hosszú távú célok

➤ Sorrendiség

➤ Pozitív megerősítő visszajelzések



Egy konkrét példa:

**Kérések visszautasítása, avagy  
hogyan mondjunk NEM-et!**

# A TÉMAKÖRÖK FELDOLGOZÁSÁNAK METÓDUSA

- A. Racionalizálás
- B. Az adott készség fejlesztésének lépései
- C. Szituációs játékok
- D. Kivételek, melyekre különös figyelmet érdemes fordítani

# FEJLŐDÉS SZAKASZAI

Fejlődés  
kezdete

Visszajelzés  
a szociális  
környezettől

Szociális  
készségek  
elsajátítása

Önállóság  
érzésének  
elsajátítása

Irányítás  
kézben  
tartása

Hatékony  
növelése

Személyes  
függetlenség

# A SZAKDOLGOZÓ FELADATAI

- Felméri a beteg szükségleteit, képességeit
- Aktivizálja a beteget
- Szabályokat alakít ki
- Visszajelzéseket ad
- Személyesen bevonódik
- Foglalkozás megszervezése
- Teljesítmény növelése
- Fokozatosság elvének szem előtt tartása
- Páciens aktív és felelős részvételével az egyénre szabott célkitűzések meghatározása

# FONTOS A SZAKDOLGOZÓK RÉSZÉRŐL

- empátia
- pozitív megerősítő attitűd
- kritika kerülése
- megfelelő helyzetelemzés
- páciensek aktivitásának serkentése
- a szituációk közelítése a betegek konkrét mindennapjaihoz
- figyelemfelhívás a kongruens viselkedésre

# SZOCIÁLIS KÉSZSÉGEKET FEJLESZTÉSÉNEK EREDMÉNYESSÉGÉT AKADÁLYOZÓ TÉNYEZŐK

- A gondolkodás zavara, pl. inkoherencia
- Súlyos kognitív zavarok
- Negatív tünetek
- Szociális teljesítményszorongás
- Személyes célok azonosításának nehézségei
- A rehabilitációhoz való negatív hozzáállás

# KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Regionális  
Fejlesztési Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**