

Az „Életre nevelés” című projekt első éve

A Család, Gyermek, Ifjúság Egyesület által koordinált humán-erőforrás fejlesztési projekt tematikus bemutatásával és a 2005. évi tréningeken résztvevők összetételének, tapasztalatainak összegző értékelésével folytatjuk az előző oldalakon bemutatott program célkitűzéseinek és hatásainak részletes ismertetését.

A PROGRAMBAN RÉSZTVEVŐK BEMUTATÁSA

A programban 120 fő továbbképzésére került sor, akiknek döntő többsége nő (109 fő 91%), a férfiak száma 11 fő (9%) volt.

A gyermekotthonban, lakásotthonban dolgozó szakemberek részére kialakított program a következő hat településen, településenként eltérő létszámú csoportokban zajlott:

Budapest	11 fő (9%)
Eger	25 fő (21%)
Kecskemét	25 fő (21%)
Megyaszó	19 fő (15%)
Pécs	22 fő (18%)
Szolnok	18 fő (15%)

A program értékelésére vállalkozók életkori csoportok szerinti megoszlása az alábbiak szerint alakult:

29 évesnél fiatalabb	24 fő (20,0%)
30-39 éves	28 fő (23,3%)
40-49 éves	30 fő (25,0%)
50 éves és idősebb	23 fő (19,2%)
Válaszhiány	15 fő (12,5%)

A programban résztvevők valamivel több mint fele (65 fő) 1-5 éve dolgozik jelenlegi munkahelyén. 6-10 évet 21 fő, 11 évet vagy ennél hosszabb időt 23 fő töltött abban az intézményben, ahol jelenleg is dolgozik.

Hasonló megoszlásokat találunk, ha a munkahelyek száma szerint vizsgáljuk a résztvevők összetételét. Oktatási, nevelési intézményt figyelembe véve első munkahelyén dolgozik a válaszolók fele (53 fő), akiknek többsége (28 fő) hat évnél hosszabb ideje dolgozik jelenlegi munkahelyén. A legfeljebb két munkahellyel rendelkezők aránya meghaladja a válaszolók 75 százalékát, közöttük azonban kevesebb a 6 vagy több évet a jelenlegi munkahelyén töltők aránya mint azoké, akik 1-5 éve dolgoznak ebben a szférában. (1. sz. tábla)

A továbbképzésekben résztvevők esetében megállapíthatjuk, hogy a munkahelyen töltött első öt év meghatározó lehet a pályán maradás, a sikerélmény is nyújt munkavégzés szempontjából, hiszen ebben a csoportban a legmagasabb a 3 vagy több munkahellyel rendelkezők száma is. Mintánk nem reprezentatív és kicsi, ezért csupán gondolatébresztőként említjük meg egy esetleges kutatás számára a szakmában 6-10-15 és több évet eltöltők motivá-

ciójának, ezek alakulásának, munkahely változtatással kapcsolatos elképzeléseik, tapasztalataik vizsgálatát.

Oktatási, nevelési munkahelyek száma	Jelenlegi munkahelyén eltöltött évek száma					összesen
	1-5 év	6-10 év	11-20 év	21 és több	válasz hiány	
1 munkahely	24	11	9	8	1	53
2 munkahely	20	6	2	0	0	28
3 munkahely	5	1	0	1	1	8
4 munkahely	3	2	0	0	1	6
5 munkahely	1	0	0	1	0	2
6 munkahely	3	0	0	0	3	6
válaszhiány	9	1	2	0	5	17
összesen	65	21	13	10	11	120

A PROJEKT ISMERTETÉSE ÉS A RÉSZTVEVŐK VÉLEMÉNYE

A projekt megvalósítása 2005 januárjában a mentálhigiénés programelemmel indult¹. Január-február hónapokban párhuzamosan zajlott le a 6 helyszínen a csapatépítés és a táncterápia azzal a céllal, hogy a résztvevők kizökkenjenek mindennapi rutinjukból, elfelejtkezzenek munkahelyi gondjaikról, megismerkedjenek egymással.

A CSAPATÉPÍTŐ TRÉNING

A 3 napos bentlakásos tréning egy bevezető-bemelegítő foglalkozás volt, melynek célja a képzésre jelentkező szakemberek csoportra szerveződése, olyan bizalmi légkör megteremtése, amely segíti a csoporttagok közötti kohézió kialakulását, és motiválja a résztvevők önfeltárását. A továbbképzés megalapozása tehát alkalmat adott egymás megismerésére, a résztvevők önismertetének fejlesztésére valamint a kommunikációs és együttműködési készségek gyakorlása.

A tréning főként pszichodramatikus eszközökkel végzett strukturált gyakorlatokat tartalmazott. A csoportos, egyéni és páros gyakorlatokon kívül a résztvevők kiscsoportos munkamódokkal is megismerkedhettek, illetve mobilizálták a meglévő ismereteket és készségeket. A gyakorlatok, játékok hatékony kommunikációs és problémakezelő eszközök kipróbálására, kísérletezésre nyújtottak

¹ A tréningeket az Integrált Kifejezés és Táncterápiás Központ és az Összjáték Alapítvány www.osszjatek.hu tartotta.

lehetőséget, amelyeket minden esetben a tapasztalatok megbeszélése követett.

A csapatépítő tréning a résztvevők több mint kétharmada szerint teljes mértékben, és 90 százalékuk szerint megfelelő mértékben szolgálta a kívánt célok elérését. (2. sz. tábla)

2. sz. tábla

A csapatépítő tréning értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	2	4	31	73	110
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	3	8	13	48	40	112
A képzők felkészültsége	1	-	4	17	90	112
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	1	3	12	29	67	112
A lebonyolítás szervezettsége	1	-	11	32	67	111

INTEGRÁLT KIFEJEZÉS- ÉS TÁNC TERÁPIA²

A tánc talán a legtermészetesebb és leginkább ösztönös a művészetek között. Alapját a térben szerveződő mozgások, mozgásminták képezik. A taglejtések, a tartás és a testmozgás tükrözi azt, hogy az ember hogyan érzi, hogyan észleli önmagát, de a testtartás és a mozgás arról is beszél, hogy az egyén hogyan éli meg és hogyan alakítja kapcsolatait a többi emberrel és környezetével. Ez a holisztikus szemléletű és folyamatorientált terápia mindenekelőtt az ember kreatív forrásaira, egészséges én-részeire épít. Kreatív körfolyamatokkal dolgozik: a szabad mozgást és táncot, a képi megfogalmazást, az aktív zenélést, a hangokkal, a szavakkal történő kifejezést együttesen, egymásba fonódóan, szoros egymásra hatásban alkalmazza. A módszer teret ad újfajta tájékozódási szempontok, perspektívák felvételére, a megszo- kott gondolkodási minták újrastrukturálására, új viselkedésmódok kialakítására, amelyhez a személy saját történetének, belső erőforrásainak, egyéni ritmusainak meg- és felismerésén keresztül vezet az út. A mozgásrepertoárnak és a viselkedés játéktérnek kiterjesztése segít a már nem megfelelő viselkedésmódok felismerésében, feladásában és optimális megoldások találásában.

Az újdonságot jelentő táncterápiával kapcsolatos elégedettség mind tartalmilag, mind a szervezéssel kapcsolatosan alul maradt a csapatépítéshez képest. (3. sz. tábla) Miután a két program- elem nem trénerképzésre vállalkozott, érthető, a „továbbhasznosítás” alacsonyabb értékelése.

² Az egyesület tevékenységéről többet a www.tancterapia.com oldalon lehet meg- tudni

3. sz. tábla

A táncterápia értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	2	14	49	30	95
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	1	10	28	41	15	95
A képzők felkészültsége	-	-	7	30	58	95
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	-	2	6	28	59	95
A lebonyolítás szervezettsége	-	3	20	48	24	95

KONFLIKTUSKEZELÉS³

2005 március-áprilisban ugyancsak egymást váltva járta végig a 6 helyszínt a videotréning és a mediációs képzés.

VIDEOTRÉNING⁴

A videotréninget elsősorban a szülő-gyermek kapcsolat javítására dolgozták ki. A módszer arra épít, hogy a gyermekek a megromlott kapcsolatokban is kezdeményeznek szüleik, nevelőik felé, és ezekre a kezdeményezésekre építve, az alapkommunikáció elemeinek alkalmazásával újraéleszthető és javítható a kapcsolat. A videotréning célja az alapkommunikáció elemeinek tudatosítása és fejlesztése volt. (Az alapkommunikáció elemei az anya-csecsemő kapcsolat látható elemei, úgymint a szemkontaktus, egymás hangjának utánzása, mosoly, hanghordozás, stb. Az ösztönösen „jó” anyák hamar észreveszik és értik csecsemőik jelzéseit, ez az alapja a gyermek fejlődésének. Az alapkommunikáció tehát a „jó, értő anya” kommunikációja gyermekével.)

A Magyar Videotrénings Egyesület tréneireinek tapasztalatai azt bizonyították, hogy a módszer a felnőtt-gyermek kapcsolat elemzésén túl komoly lehetőségeket kínál a segítő szakemberek gyakorlati képzésében is. A gyermekotthonokban élő gyerekekkel foglalkozó szakemberek számára összeállított tréning elsősorban a nevelők, szociális munkások, gyermekfelügyelők kommunikációs és kapcsolatteremtési készségeinek fejlesztésére irányult. A továbbképzés a nevelői és segítő tevékenység hatékonyságának növelését, a jobb team-munkát, a belső tartalékok felfedezését, a gyermekek neveléséhez szükséges harmonikus nevelői légkör megteremtését és megtartását támogatta.

A tréning során videofelvételek készülteknek – amelyeket csak a tréning alatt és a résztvevőkkel pontosan tisztázott feltételekkel használtak –, amelyek segítségével a résztvevők megfigyelhették,

³ A képzéseket a Magyar Videotrénings Egyesület, a Család, Gyermek, Ifjúság Egyesület, a Kelet-Európai Erőszakmentes Kommunikáció Alapítvány és a Magyar Tranzakcioanalitikus Egyesület vezette.

⁴ Az egyesületről, munkájukról, kiadványaikról bővebben a www.videotraining.hu oldalon lehet tájékozódni.

végiggondolhatták, hogy milyen készségeiket használják jól, ill. mi módon fejleszthetik tovább azokat, s ezen keresztül kapcsolataikat.

A videotréning népszerűsége, elismertsége vitathatatlan (4. sz. tábla), és feltételezzük, hogy csupán eszközigényessége miatt alacsonyabban értékelt a gyakorlati hasznosíthatósága.

4. sz. tábla

A videotréning értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	-	4	31	57	92
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	-	1	14	49	27	91
A képzők felkészültsége	-	1	1	8	82	92
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	-	-	5	16	71	92
A lebonyolítás szervezetsége	-	-	1	24	67	92

MEDIÁCIÓ⁵

A családi mediáció bevezetése és elterjesztése a család- és gyermekvédelem területén rendkívüli jelentőséggel bír.

A mediáció olyan konfliktuskezelési módszer, amelynek során a konfliktusban álló felek egy pártatlan szakember, a mediátor segítségével jutnak el az egyéni és kölcsönös érdekek figyelembevételével a megegyezéshez. A technika használatának legfőbb előnye, hogy a konfliktusban állók mindegyike nyertesként kerülhet ki a helyzetből, a családtagok közötti kapcsolat hosszabb távra együttműködő és problémamentes lehet.

A szakmai készségfejlesztő program megismertette a résztvevőket a mediáció folyamatával, így a szakmában dolgozó szakemberek e technika alkalmazásával a családok konfliktusainak kezelésében hatékony segítséget nyújthatnak.

A mediáció alkalmazási lehetősége a gyermekotthonban dolgozók számára talán kevésbé közvetlenül kínálkozik, ennek tulajdonítható, hogy az értékeléskor itt is a gyakorlati hasznosítás kapta az alacsonyabb pontokat. (5. sz. tábla)

⁵ Lovas Zsuzsa-Herczog Mária: *Mediáció avagy fájdalommentes konfliktuskezelés* Múzsák Kiadó Bp., 1999.

Békés és fájdalommentes megoldások – családsegítő mediációs szolgáltatás Magyarországon. Család Gyermek Ifjúság Kiemelten Közhasznú Egyesület Bp., 2005

5. sz. tábla

A mediációs képzés értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	-	2	26	55	83
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	-	1	17	42	23	83
A képzők felkészültsége	-	-	-	10	73	83
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	-	-	1	23	59	83
A lebonyolítás szervezetsége	-	-	1	22	59	82

2005 május-júniusában párhuzamosan zajlottak a kommunikációs technikák és a konfliktus-kezelés fejlesztését szolgáló képzések.

ERŐSZAKMENTES KOMMUNIKÁCIÓ⁶

Az erőszakmentes kommunikáció hozzájárul közös értékeink és szükségleteink azonosításához, olyan fogalmazásmód használatára bátorít, amely fokozza a jóakarát megnyilvánulását és elkerüli azt a nyelvet, ami a haragot, az önbecsülés csökkenését eredményezi. Segít megtalálni azokat a megoldási stratégiákat, ahol a saját szükségletemet és a másik szükségleteit egyformán értékelem. Használatával kifejezésre juttathatjuk értékrendünket önmagunk vagy embertársaink elítélése nélkül. Felhívja figyelmünket a köszönet-nyilvánítás fontosságára és formáira.

A képzés két fő részében – önmagam kifejezése egyértelműen és őszintén, anélkül, hogy bárkit is vádolnék vagy kritizálnék, illetve empátiával meghallani a másikat, függetlenül attól, hogyan fejezi ki önmagát – különféle készségek fejlesztésével nyújt segítséget a szakemberek számára.

A tréninggel kapcsolatos elégedettség jónak mondható, de az eddig tárgyaltaknál magasabb a közepes vagy ennél gyengébb minősítést adók száma. (6. sz. tábla)

6. sz. tábla

Az erőszakmentes kommunikáció értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	1	17	46	42	106
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	2	6	31	41	26	106
A képzők felkészültsége	-	-	9	25	72	106
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	-	2	9	30	65	106
A lebonyolítás szervezetsége	-	-	13	54	39	106

⁶ Részletesebb információk elérhetők a www.eroszakmenteskommunikacio.org/ oldalon

JÁTSZMAELEMZÉS⁷

A tranzakció-analízis elmélete Eric Berne és munkatársai gyakorlati tapasztalataiban gyökerezik. A napjainkban folyó nemzetközi és így a hazai tranzakció-analitikus képzés jellemzője, hogy a programok tartalmi és módszertani szempontból egyaránt integrálják az alapelméletet kiegészítő, bővítő új elméleti és gyakorlati megközelítéseket és módszertani elemeket. A továbbképzés fő célja, hogy elősegítse a résztvevők munkahelyi, személyes hatékonyságon alapuló interperszonális kapcsolatainak professzionális kezelését az elméleti ismeretek és a metodikai eszközök tárházának bővítésével, valamint a szakmai kapcsolódási pontok, alkalmazási lehetőségek bemutatásával, elemzésével.

A képzést értékelését a 7. sz. tábla mutatja.

A játszmaelemzés értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	1	2	14	30	47
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	-	2	7	25	13	47
A képzők felkészültsége	-	-	1	6	40	47
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	-	1	2	8	36	47
A lebonyolítás szervezettsége	-	1	6	18	22	47

SZEMTŐL SZEMBE⁸

A „Szemtől szembe konfliktusmegoldó és megoldáskereső program” alternatív eljárás a fiatalok bünelkövetők ügyeinek megbeszélésére és a döntéshozásra. A program kulcsfogalma a *helyreállítás*. Nem terápiás módszer, és nem elnéző a vétségekkel, kihágásokkal, bűncselekményekkel szemben: helyteleníti a nem megfelelő viselkedést és cselekedeteket, de támogatja és értékeli a tett elkövetőjének belső értékeit. Végül soron célja, hogy a társadalom illetve a közösség többi része felszabaduljon a szabályszegek diktálta kontroll alól.

A jóvátételi szemléletű megbeszéléseken a facilitátor együtt dolgozik a vétkesekkel, elkövetőkkel, szabályszegekkel, közvetlenül bevonva őket a megoldáskereső folyamatába, amelyben szerepet kapnak az áldozatok, a károsultak, a család, a barátok, a közösség és mindenki, akire az elkövető viselkedése valahogyan hatással volt.

⁷ Magyar Tranzakcióanalitikus Egyesület www.hata.hu

⁸ Megbékélés és jóvátétel. Herczog Mária (szerk.): *Család Gyermekek Ifjúság Könyvek Bp.*, 2003.



Fotó: Archiv

A „Szemtől szembe” képzés keretében a résztvevők elsajátítják az ehhez szükséges módszereket, technikákat és képzett facilitátorként alkalmazhatják tudásukat munkájuk során.

A képzésre vonatkozó vélemények megoszlását a 8. sz. tábla tartalmazza.

A tréning értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	2	5	18	44	69
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	-	3	10	32	24	69
A képzők felkészültsége	-	-	2	7	60	69
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	-	-	7	15	47	69
A lebonyolítás szervezettsége	-	-	5	22	42	69

A program első évét a 2005 szeptember-októberben szervezett munkaerő-piaci képzés zárta.

MUNKAERŐ-PIACI KÉPZÉS⁹

A tréning célja, hogy a résztvevők a továbbadásra, segítségnyújtásra alkalmas módon megismerjék az álláskereső lépéseit, összetevőit.

⁹ A továbbképzések a Hétszínvirág Általános Iskola, Marcali <http://hetszinvirag.znet.hu> és a Család, gyermek, ifjúság Egyesület www.csagyi.hu vezetésével valósultak meg.

A résztvevő a tréning eredményeként képessé válnak különféle álláskereső technikák alkalmazására, az álláskereső képességeinek leginkább megfelelő szakma kiválasztására, s ezen túl a szakma igényei és a képességek közötti összefüggés nyomán javaslatot tehetnek a képességek szükség szerinti fejlesztésére. A képzés lehetőséget nyújt a kapcsolatteremtő készségek, a kudarc-tűrés és feldolgozás fejlesztésére, továbbá cselekvési tervek kidolgozásának elsajátítására.

A munkaerő-piaci képzés értékelésének adatait is közöljük (9. sz. tábla), de még rövid szöveges értékelésre sem vállalkozunk – csakúgy, mint a Játszmaelemzés és a Szemtől szembe képzések esetében – a véleményt nyilvánítók alacsony száma miatt.

9. sz. tábla

A munkaerő-piaci képzés értékelése	1	2	3	4	5	Összesen fő
Tartalom	-	-	-	15	46	61
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	-	-	4	26	31	61
A képzők felkészültsége	-	-	-	2	59	61
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	-	-	5	16	40	61
A lebonyolítás szervezettsége	-	-	1	18	42	61

A programról alkotott vélemények szöveges kifejtését kérdések mentén is kértük a résztvevőktől:

1. Mi az, amit hasznosítani tud családi/munkahelyi kapcsolataiban?

A válaszolók 34 százaléka úgy ítélte meg, hogy szemléletváltozása, 23 százalékuk, hogy képességeinek, készségeinek fejlődése segíti a jövőben kapcsolatai alakítását. Minden ötödik válaszoló említett a tréningek során megismert feladatot, játékot, gyakorlatot, és 15% volt azok aránya, akik azt mondták, hogy sok mindent tudnak majd hasznosítani. A válaszolók elenyésző hányada (3-3%) nem tudta megfogalmazni, hogy mit, illetve úgy gondolta, hogy nem sokat tud hasznosítani a hallottakból.

2. Mi tetszett a leginkább?

A válaszolók egyharmada (34%) – a csapatépítő tréning, a táncterápia, a videotréning, a mediáció és a szemtől szembe tréningek esetében kiemelkedő említésszámban – valamelyik gyakorlatot, feladatot emelte ki. Ezt követi a tréner magatartásával, hozzáállásával kapcsolatos elégedettség (25%) és a tréningek nyugodt, vidám, szabad légkörre való utalás (19%). A válaszolók

10 százalékának a csoportmunka előnyei, hangulata nyerte el tetszését, 9% pedig mindennel, 3% egyéb jellemzőkkel volt elégedett.

3. Mit tud a legkevésbé hasznosítani?

Az értékelésre általában vállalkozók 45 százaléka úgy vélte, hogy nem tud olyan programelemet említeni, amelyiket ne kamatoztathatna valamilyen módon, 34 százalékuk pedig nem válaszolt erre a kérdésre. A kifogásait megfogalmazó 12% elsősorban a táncterápia gyakorlatainak nehézségét, kevésbé érthető voltát és későbbi hasznosításának nehézségeit említette nagyobb számban, a fennmaradó 9% egyéb hiányosságokat mondott.

ÖSSZEGZÉS

A 2005. évi programot összességében, az egyes tréningeket követően kitöltött 664 értékelő lap alapján, a résztvevők nagyon sikeresnek ítélték (10. sz. tábla). Legnagyobb arányban a képzők felkészültségét tartották kiválónak (80,3%), vagy megfelelőnek (96,1%). Ezt követi a képzések, tréningek tartalmával és a tréner által biztosított konzultációs lehetőséggel, segítőkészségükkel kapcsolatos elégedettség, amelyről 91,6 százalékuk szólt elismerően. Ugyancsak jónak értékelt a szervezés (90,5%), és még a gyakorlati hasznosíthatóságról is a résztvevők 75 százaléka gondolta úgy, hogy az elhangzottakat, a megszerzett ismereteket alkalmazni tudja majd munkájában.

10. sz. tábla

A program értékelése	1	2	3	4	5	Összesen %
A képzők felkészültsége	0,2	0,2	3,6	15,8	80,3	100
Lehetőség az elhangzottak megvitatására, pontosítására	0,2	1,2	7,1	24,8	66,8	100
Tartalom	-	1,2	7,2	34,7	56,9	100
A lebonyolítás szervezettsége	0,2	0,6	8,7	35,9	54,6	100
Megoldási javaslatok, gyakorlati hasznosíthatóság	0,9	4,7	18,7	45,8	30,0	100

A projekt zárását követően a két év tapasztalatait egy másik számunkban összefoglaljuk.

Kőműves Ágnes