Miło mi
że mogę

3) Metody i techniki stosowane w socjoterapii.

W socjoterapii stosowane są różne techniki oddziaływania psychokorekcyjnego, ich różnorodność wyraźnie wskazuje na czerpanie inspiracji do zajęć z różnych metod terapeutycznych. Eklektyzm wynika z odbiorcy, do którego jest ona adresowana, ponieważ dzieci i młodzież to grupa społeczna, która jest wieloznaczna i różnorodna. Dzieci wymagają od prowadzącego elastyczności w inicjatywie, bowiem są zmienne, zniecierpliwione i szybko się nudzą. Potrzebują w pierwszej kolejności empatii, otwartości, autentyczności, współdziałania, twórczego podejścia do dialogu. Kiedy dorosły zaczyna bawić się z dzieckiem, ono odczuwa wspólnotę doświadczeń, łatwiej się identyfikuje, a dorosły ma większe pole do modelowania zachowań. Podejścia twórcze uaktywnia swobodę działania i autentyczne przeżywanie emocji. W atmosferze strachu, wysokiej dyrektywności dziecko zamyka się w sobie i pokornie wykonuje polecenia. Socjoterapia zakłada skuteczną pomoc z możliwością przemieszania różnych metod i technik w zależności od indywidualnych potrzeb dziecka. Do najczęściej stosowanych technik socjoterapeutycznych należą: rundka w kręgu, "burza mózgów", uzupełnianie zdań, techniki plastyczne, śpiew i muzykowanie, psychogimnastyka, praca w parach lub małych grupach, gry i zabawy, inscenizacje i odgrywanie scenek (psychodrama), relaksacja, wizualizacja.

Stałym elementem zajęć jest krąg. Siedzenie w kręgu umożliwia wszystkim uczestnikom bezpośredni kontakt wzrokowy, sprzyja nawiązaniu kontaktu emocjonalnego, wyrównuje pozycje społeczne i zmniejsza dystans miedzy prowadzącym a uczestnikami. Należy pamiętać, że obowiązuje zasada dobrowolności uczestnictwa w zajęciach, w związku z tym zajęcia powinny być dla dzieci szczególnie atrakcyjne, aby czuły się na nich dobrze i chciały przychodzić na spotkania.

„Burza mózgów" to technika aktywizująca grupę, wyzwalająca twórcze myślenie. Polega na zapisywaniu wszystkich pomysłów bez ich oceny, zwłaszcza ze strony prowadzącego. Daje szansę wypowiedzenia się każdemu, nawiązaniu i utrzymaniu kontaktu oraz zaangażowaniu się. Dla dziecka będzie ważne, że mogło się wypowiedzieć, że jego pomyśl też jest ważny, że się z nim liczą.

Uzupełnianie zdań - dzieci dokańczają rozpoczęte przez prowadzącego zdanie. Daje to możliwość zaistnienia każdemu uczestnikowi, daje czas i uwagę grupy.

Techniki plastyczne – rysunek i prace plastyczne są pozawerbalną, bezpieczną i uniwersalną formą wypowiedzi. Ułatwiają uczestnikom uzewnętrznienie rozmaitych stanów