



Szakmai beszámoló SZÜLŐCSOPORT 2019 – 2020

Támogatási szerződés száma: 1/21928/2019

Program elnevezése

SZÜLŐ_KÉP_MÁS_KÉP/P SZÜLŐCSOPORT
/ szülőképző komplex program keretében megvalósítva /

Program támogatója

Zuglói Önkormányzat és KEF

Támogatási időszak

2019. szeptember 24 – 2020. szeptember 30.

Célcsoport

Általános és középiskolai gyermekek szülői, nagyszülők, összesen 15 fő

Életkoruk: 39 és 70 év között

Házaspár: 3 / a házaspár mindkét tagja részt vett az offline vagy az online tréningen

Speciális célcsoport: Gyermekeiket egyedül nevelő szülő: 6

A tréningen részt vett néhány alkalommal 3 gyakorló pedagógus /igazgatóhelyettes, osztályfőnök, fejlesztő pedagógus

Program helyszíne

Részben offline, részben online valósult meg. Az első 6 alkalomra a BSZKI Neumann János Számítástechnikai Szakgimnáziumában került sor. A Covid helyzet miatt a személyes tréninget a vészhelyzet alatt kénytelenek voltunk felfüggeszteni.

Az első csoportokban feltárt szülői kérdések sokszínűsége miatt úgy döntöttünk, hogy az egyes témát hozó szülővel telefonos tanácsadásként folytatjuk a munkát, aki igényli. Ezen szülők esetében így került sor a következő 2 hónapban előre egyeztetett időpontban telefonos coachingokra, tanácsadásra a szülőknek. Ugyanezen időszak alatt a Végeken Egészséglélektani Alapítvánnyal is felvettük a kapcsolatot, akik országos ingyenesen telefonos lelkisegély szolgálat szervezésébe kezdtek egészségügyben dolgozók számára, „Call for help” néven. Az önkéntesen ügyeletet vállalók szervezésében nagy szerepet vállalt egyik egyesületi tagunk, illetve további 4 tagunk vállalt heti 20-30 órás ingyenes szolgálatot egészen a vészhelyzet feloldásáig, illetve egész nyáron. /www.callforhelp.hu /

Ez alatt az időszak alatt vetődött fel, - megismerve a várható második hullám lehetőségét, illetve, hogy jó tapasztalatot szereztünk más online tréningek megtartása során, hogy online szülőcsoportot indítsunk. Ezért kéréssel fordultunk az önkormányzathoz, aki engedélyt adott az online munkára. Mint kiderült, erre nagy szükség is volt, mert az első héten fertőzötteket találtak az iskola hallgatói között, ami miatt, majd pedig a rendeletek miatt, az iskolai szülői programok mind online kerülnek megtartásra jelenleg is.

Bár először még a nyár folyamán szeretnénk volna folytatni, azonban a szülők kérésére 2020. őszi online indulást hirdettünk meg. Az online tartott szülőcsoport részben a régi résztvevőkkel, részben új szülőkkel került folytatásra.

A szülők visszajelzése alapján lényegi változás áll be a szülő-gyermek kapcsolatban, ezért úgy döntöttünk, hogy jelen pályázati keret felhasználása után is folytatjuk az online alkalmakat, önkéntes felajánlás alapján.

Program tartalma

40 órás Önismereti szülőcsoport kognitív és dramatikus elemekkel.

Programszervezés

A Neumann János Szakgimnáziumban egy EPE sikeres KAB pályázat keretében 2 osztály számára tartottunk 4 csoportra bontásban EMMI által minősített DIÁK WÉK tréninget. Az őszi szülői értekezleten erről tájékoztattuk az osztály szülőközösségét és bemutattuk a SZÜLŐ_KÉP_MÁS_KÉP/P Szülőcsoport programunkat.

Sikeres KAB pályázatok keretében egyesületünk több iskolában tartott DIÁK WÉK, PED_WÉK tréninget, illetve Szülőcsoportot.

A tavalyi évben az Álmos vezér Általános Iskola és Gimnáziumban tartottunk önkormányzati támogatással Szülőcsoportot, melyen javaslat született, hogy a program kerületi szinten kerüljön meghirdetésre, hogy a szülők tovább vigyék a szülőképzés fontosságának - hatásának üzenetét.

A szervezés során a Zug-rádió is a segítségünkre volt.

A program háttere

A legújabb kutatási adatok / Burkali 2019. 2020. / is azt támasztják alá, hogy a függőségek vonatkozásában a legfontosabb védőfaktor a szülő-gyermek kapcsolat minősége.

Szülőképző programunk eddigi tapasztalatai azt mutatják, hogy először idegenkedve fogadják a szülők az ún. Szülőképző programokat, azonban akik azok formáin részt

vesznek, megerősítik ezen programok szükségességét, szerintük „minden szülőnek szüksége lenne rá”,

Több szülő felvetette, hogy a szülők is szívesen megismernék a tréning legfontosabb elemeit, illetve, hogy befejezésével szeretnének visszajelzést kapni a tréning eredményéről. Az osztályfőnök nagyon lelkesen fogadta egy Szülőcsoport iskolai szintű megszervezését, ezért az iskolai igazgatójának támogatásával, igazgatóhelyettes nő 8 osztály szülői értekezletén vettünk részt és beszéltünk a függőségek megelőzésének védő tényezőiről, kiemelve a harmonikus szülő-gyermek kapcsolat fontosságát. További szülőcsoportok indítását kezdeményezzük, jelenleg online formában.

Program szervezése

Az iskola igazgatójával való egyeztetést követően kerültek meghirdetésre a Szülőcsoport foglalkozások.

A szülőképzés tudományos háttere

A hazai friss kutatási adatok is alátámasztják, hogy a kábítószer fogyasztás területén nincs lényeges különbség a hátrányos helyzetű és a jó szociális vagy éppen kimagasló körülmények között élő fiatalok között.

Megdöbbenő adat, és egyben a teendőket is kijelöli, hogy ugyanolyan veszélyeztetettek az un. elit iskolába járó fiatalok, mint a többszörösen hátrányos helyzetűek. A függőség módjai lehetnek különbözőek szociális szempontok szerint / mit választanak meghatározza a társadalmi status, anyagiak, barátok stb. / ugyanakkor a kialakulásuk mechanizmusa hasonló.

A választott szer is eltérő, a függőség kialakulásának és a szer kipróbálásának hátterében részben közös részben eltérő tényezők állnak. A szerkipróbálás egyre fiatalabb korban kezdődik és az illegális drogok mellett a legális drogok is veszélyt jelentenek, mint pl. a középiskola felsőbb évfolyamaiban megjelenő hétfélgéi alkoholfogyasztás.

Az új Nemzeti Drogstratégia is ezen tényekre alapozva helyez nagy hangsúlyt a primer prevencióra, ezen belül a Szülőképzésre. A szülők képzése a függőségek megelőzése szempontjából az egyik kiemelt terület, amint azt a 2013-ban elfogadott Nemzeti Drogstratégia is leszögezi.

A megelőzés elsősorban azt jelenti, hogy a fiatal számára a legfontosabb a fizikai-szellemi szükségleteinek kielégítése mellett a lelki szükségleteit is biztosítja. *A kábítószer kipróbálás, fogyasztás és függőség ellen a leghatékonyabb védelmet az elfogadó-értő szeretetteljes családi háttér biztosítja.*

Mivel a kábítószer-fogyasztás nem csak a kábítószer-fogyasztó problémája, hanem összefügg a szűkebb család és a tágabb közösség működésével is, így a megelőző tevékenységeknek is mindezen színtereken hatnia kell. A család és az iskola egyaránt kiemelt terület. A szülők és a pedagógusok szerepe kamaszkorban új szempontok szerint értékelődik fel, a kamasz társat keres, akivel az ebben a korban jellemző kérdéseire választ kaphat, aki partnere a kérdései megválaszolásában. Az un. létkérdések, ki vagyok én, mi a helyem a világban, mi az élet értelme stb.

Ezeket a kérdéseket teszi fel magának újra és újra, és keresi a válaszokat. Az identitás keresésben a kortárs csoportok mellett továbbra is elsődleges helye van a szülőknek, majd a rangsorban őt követő pedagógusnak. A kamaszkorra jellemző ellentmondás, a sajátos viselkedés szükségessé teszi az új szülői kompetenciák megszerzését.

Az a gyermek védett a drogfogyasztás kipróbálása, illetve fogyasztása ellen, ahol a kamaszkori kritikus viselkedés kezelésére a szülők felkészültek, ahol a gyermek azt látja, hogy szülei jól kezelik saját konfliktusaikat és a párkapcsolatuk is kiegyensúlyozott.

A harmonikus családi háttérben felnövő gyermek lényegesen védettebb, ráadásul a jó szülői minta példa számára, még akkor is, ha ezt csak fiatal felnőtt korban tudatosítja magában. Az erős érzelmi háttér biztonsága segíti őt abban, hogy a legfontosabb problémáival a szülőhöz tudjon fordulni. Ennek biztosítása azért is fontos, mert kutatási adatok azt támasztják alá, hogy még a leválási periódusban lévő kamasz is szüleihez fordul a legfontosabb kérdésekben, ha elfogadó, szerető szülő áll mellette.

A program gyakorlati háttere

Az eddigi szülőképzések tapasztalata azt mutatja, hogy az a szülő, aki részt vesz a SZÜLŐ_KÉP_MÁS_KÉP/P önismereti szülőcsoportban, motiválttá válik a saját önismerete tovább fejlesztésére és a szülő szerepben való folyamatos fejlődésre. A szülőcsoportba járó szülők gyermekei a baráti körben mesélnek a szüleikkel való javuló kapcsolatukról, ezért az újabb szülőcsoportokba a szülők gyakran gyermekeiktől kapott hír alapján jelentkeznek.

Ez nagyon fontos eredménye az úttörő kezdeményezésnek, hisz a mai napig csak nagyon kevés helyen, nagyon szűk réteg számára elérhető a szülőképzés valamilyen formája, ez elsősorban előadásokat, maximum interaktív beszélgetéseket jelent, valamint a szülői tanácsadók működtek. Egyáltalán nem volt ismert a dramatikus elemeket is felhasználó önismeretet fejlesztő szabad-interakciós Szülőcsoport.

A szülőcsoportok létrehozásának szakmai alapját azon tudományos ismeretek és szakirodalmi adatok jelentették, hogy a szülői kompetenciák tréningek, szülőcsoportok kapcsán szerezhetők meg.

Program célja

Szülői kompetenciák fejlesztése

Program módszertana

Szabadinterakciós csoport pszicho dramatikus és kognitív elemekkel

Programelemek

A Pszicho dramatikus Szülőcsoportok nagy értéke, hogy a szülők által hozott helyzetek kerülnek feldolgozásra, a számukra legfontosabb kihívásokra keressük meg a válaszlehetőségeket.

Hozott helyzete

A jelenlegi programban hozott témákat egyrészt egymás előtt is felvállalták, másrészt csak bizalmas beszélgetésben a trénerrel: egészségügyi okok miatt fűzött kellene viselnie, fél a megbélyegzéstől, kiközösítve érzi magát, mert tanul, a lányok rászálltak a fiúkra, állandóan online kapcsolatban van, a hétvégén nem akar részt venni családi programokon, nehezen bírja, hogy nem járhat sportedzésekre a Covid helyzet miatt, az online tanulás nehézsége, időbeosztás, tanulási mód, szexuális tartalmú képek készítése egymásról, hasonló neműhöz vonzódás, nem a képességeinek megfelelően tanul, napi időbeosztás, a szülők eltérő kommunikációjának nehézségei, stb.

A program eredménye

A kompetencia mindhárom elemében pozitív változás tapasztalható a visszajelzések alapján. Bővültek a szülők ismeretei, készségekben fejlődtek / értő figyelem, pozitív kommunikáció, empátia / attitűdjükben is változás következett be /elfogadóbbá, megértőbbé váltak/ z felületes szülői kapcsolatok mélyültek, a szülők egymás közötti kommunikációja új minőséget kapott. A szülők önismerete mélyült, ezt mind a személyes, mind az online kapcsolatok során egyre több szülő jelezte vissza, hogy a dramatikus játékoknak is köszönhetően egyre többet tudott meg önmagáról is. Szülői szerepükben megerősödtek.

Összefoglalás

A programban részt vevők visszajelzése egyértelműen pozitív, többen más formában keresnek további fejlődési lehetőséget ill. a csoport folytatásának igényét is megfogalmazzák. Elmondásuk szerint valamennyi szülő számára hasznos lenne a programon való részvétel.

A szülői készségfejlesztést azért tartjuk rendkívül fontosnak, mert a szülői mintát önkéntelenül is átveszik a gyerekek, ebből merítenek kapcsolataik és majdani szülői viselkedésük során. Az eseti tanácsadás helyett a szülők saját problémamegoldó

eszköztárának bővítése jelenthet hosszú távú megoldást. Az a gyerek, aki elfogadó családi légkörben kamaszodik, és kamaszkori leválása sikeresen zajlik lényegesen önállóbb, magabiztosabb, a függőségekkel szemben védettebb. A bizalomra épülő szülő-gyermek kapcsolat kiépítése-erősítése minden életkorban, de különösen kamaszkorú gyermek esetén rendkívül fontos ennek kiépítése-fenntartása a szülő feladata, még akkor is, ha ez mindennapi kihívás a szülő számára.

A kamasz gyermek, ha azt látja, hogy a szülei energiát fektetnek abba, hogy saját szülői szerepükben fejlődjenek, a kapcsolatuk szorosabb, a szülői normát könnyebben átveszik, azok sokkal sikeresebben kerülnek el a kábítószer fogyasztás és függővé válás csapdáját.

Nem ismert ennél hatásosabb eszköz a harmonikus család megteremtésének motivációjára, mint az otthonról hozott kiegyensúlyozott családi minta. A harmonikus családi légkör megteremtése a szülő feladata. Ahhoz, hogy a szülő ezen feladatának meg tudja felelni, szükséges a reális önismeret, viselkedés és kommunikációs minták tudatos használata, a pontos probléma felismerés és megoldási módok ismerete stb. A gyermekek különböző életszakaszaiban más és más kompetenciákra van ehhez szüksége.

Hosszútávú és tartós—a család és a társadalom számára egyaránt fontos érték—eredmény, hogy a harmonikus családban felnövő gyermekek motiváltabbak lesznek a családalapításra, mert átélik a családi kapcsolatok biztonságát és megtartó erejét.

Az egészséget és családi harmóniát értéként kezelő családban felnövekvő gyermek lelki egészségfejlődése védő tényező a függőségek kialakulására, sőt a szer kipróbálása is lényegesen ritkábban történik meg. A legfontosabb protektív faktor az értékeket személyes példamutatással megmutató feltétel nélküli elfogadást biztosító szülő.

A szülői visszajelzés egyértelműen pozitív volt, alkalomról alkalomra változtattak a gyermekükkel való kommunikáción, mely elmondásuk szerint a gyermekükkel való kapcsolat mélyítéséhez, a bizalom építéséhez járult hozzá. A családi légkörben is pozitív változás következett be.

Fontosnak gondoljuk a programot vagy más hasonló programot a szülők részére, hogy egyre több szülő ismerje fel, hogy a gyermekei lelki egészségének fejlesztésének fontos része a saját személyes kompetenciáiban való fejlődés.

A szülőcsoport résztvevői szeretnék folytatni a programot

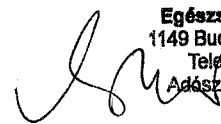
Reménykedünk, hogy a következő tanévben a Pszicho dramatikus Szülőcsoport mellett a szülők számára is lesz lehetőségünk WÉK tréninget tartani, sőt fontos lenne az akkreditált Pedagógus WÉK tréningen való részvétel a pedagógusok, óvónők számára, egyesületünk számos tagja rendelkezik az ehhez szükséges akkreditációval. / www.eleteszsegek.hu/

Köszönet

Köszönjük a lehetőséget, hogy a támogatásnak köszönhetően újabb szülők fejlődhettek és reményeink szerint ezzel hozzájárultunk a függőségek megelőzéshez ezen családok esetében.

Köszönjük, hogy folytathattuk a megkezdett munkát, a Szülőcsoportok megtartását, így kelthető fel majd mind több szülőben az igény a kompetenciában való fejlődésre, mely a függőségek prevenciójának fontos eszköze.

Budapest. 2020. szeptember 29.



EgészségPorta Egyesület
1149 Budapest, Angol utca 34.
Telefon: 061 2224043
Adószám: 18191578-1-42

Miskolczi Tamás
elnök



PÉNZÜGYI ELSZÁMOLÁSI ÖSSZESÍTŐ

a sz. határozattal megítélt támogatásról

nyilvántartási szám: 1/21928/2019

A kedvezményezett szervezet neve:	Egészségsporta Egyesület
A pénzügyi elszámolást készítő személy neve, titulusa:	Miskolczi Tamás, elnök
Az elszámolást készítő személy telefonszáma, e-mail címe:	06-1/222-4043 fitkarsagegzssegsporta.eu

Dologi kiadások

Költség típusok	Bizonylat sorszáma	Költségek megnevezése	Bizonylat kelte	Kiegyenlítés időpontja	A számla összegéből elszámolva /Ft/	Összesen költség típusonként /Ft/
Anyagköltségek						
1 Irodaszer, nyomtatvány						
2 Egyéb anyag beszerzés						
3 Élelmiszervásárlási költség						
Szolgáltatások költségei						
1 Bérleti díjak						
2 Szállítási szolgáltatás díja						
3 Szállásköltség						
4 Étkezési költség						
5 Karbantartás, kisjavítás						
6 Kiadvány-szerkesztés, nyomdai szolgáltatás						
7 Postai szolgáltatások díjai						
8 Banki szolgáltatások díjai						
9 Egyéb szolgáltatás (catering, kulturális belépők, fürdőbelépők, fellépők, műsorvezetők tisztelet díja, oktatási díj)	RKM-2020-6	"Szülőnapok" tréning fel- és női lebonyolítása Sa. (születési év.)	2020. 09.29.	2020. 09.29.	980.000,-	980.000,-
A benyújtott bizonylatok darabszáma:	1					980.000,-
Dologi kiadások összesen:						980.000,-

Felhalmozási célú kiadások

Költségtípusok	Bizonylat sorszáma	Költségek megnevezése	Bizonylat kelte	Kiegyenlítés időpontja	A számla összegéből elszámolva /Ft/	Összesen költség típusonként /Ft/
1		Immateriális javak				
2		Kisértékű tárgyi eszközök (nettó 200.000 Ft-ig)				
3		Nagyértékű tárgyi eszközök				
4		Beruházás, felújítás				
A benyújtott bizonylatok darabszáma:			Felhalmozási célú kiadások összesen:			

	A támogatási összegből fedezett kiadások összesen /Ft/	Önrészből származó kiadások összesen /Ft/
Működési célú (dologi) kiadások	980.000,-	0,-
Felhalmozási célú kiadások		
Összesen:	980.000,-	0,-

Nyilatkozat

Alulírott Kedvezményezett kijelentem, hogy a támogatás felhasználása mindenben a támogatási szerződésben foglaltaknak megfelelően történt, továbbá igazolom, hogy a megküldött bizonylatok másolata az eredetivel megegyezik.

Budapest, 2020. 09. 30.

EgészségPorta Egyesület
1149 Budapest, Angol utca 34.
Telefon: 061 2224043
Adószám: 18191578-1-42



szervezet felelős vezetőjének neve,
cégszerű aláírása