



MAZOWIECKIE
CENTRUM POLITYKI
SPOŁECZNEJ

Mazowsze.
serce Polski



Metody komunikacji i aktywizacji w pracy z seniorem

prelegent dr Teresa Wagner-Tomaszewska

31.08.2022r.

Sesja I.



1. Senior – kto to taki?:
 - definicja pojęcia
 - obszar fizyczny i psychiczny
 - obszar zawodowy – adaptacja do emerytury
 - obszar społeczny
 - obszar indywidualny - adaptacja do starości
2. „Starość – najszczęśliwszy okres życia. Czy to możliwe?”
3. Relacje z osobą starszą:
 - podmiotowość w kontakcie i relacjach
 - granice w kontakcie – Okno Johari
4. „Zadawaj te pytania, by rozpocząć i utrzymać rozmowę z każdym”

Senior – kto to taki?



W dawnej Polsce mianem seniora określało się feudata albo najstarszego męskiego przedstawiciela rodu.

Obecnie seniorem nazywa się osoby starsze o niejasno zdefiniowanym wieku.

Dla większości osób żyjących w Polsce wiek senioralny zaczyna się po 60 roku życia.

Według Głównego Urzędu Statystycznego umowną granicę starości w Polsce osiąga się między 60, a 65 rokiem życia.

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=senior+kto+to>

Senior – kto to taki?

obszar fizyczny

Wraz z upływem lat:

- zmniejsza się zdolność przystosowania człowieka do wysiłku fizycznego, do zmian w sposobie odżywiania, do zmian temperatury
- organizm człowieka starzeje się i traci zdolności adaptacyjne
- następują zmiany w wyglądzie fizycznym, narządach i systemach regulacyjnych organizmu
- nasilają się odczuwane wcześniej kłopoty ze zdrowiem.

Starość cechuje tzw. wielochorobowość, a wśród chorób towarzyszących okresowi starości wymienia się na ogół:

- chorobę nadciśnieniową, miażdżycę, niedokrwienność
- chorobę serca, cukrzycę, reumatoidalne zapalenie stawów, choroby kości
- demencję, chorobę Alzheimera oraz chorobę Parkinsona.

Starzenie się biologiczne może jednak wyglądać odmiennie w zakresie różnych funkcji, sprawność fizyczna człowieka starego uzależniona jest bowiem od wcześniejszych etapów życia, ról społecznych, stylu życia, przejawianej aktywności, zachowań prozdrowotnych, a także czynników środowiskowych (tj.: warunków pracy, stresu, stanu środowiska przyrodniczego).



Senior – kto to taki?

obszar psychiczny

Zmiany w wieku „senioralnym” wpływają niekorzystnie również na sprawność psychiczną seniora.

Determinują sprawność i sytuację psychospołeczną starszej osoby, przyczyniając się nierzadko do jej społecznej izolacji, depresji i utraty poczucia własnej godności.

Część seniorów nie potrafi poradzić sobie ze zmieniającym się ciałem i wykazuje nadmierną, przesadną ostrożność, bądź popada w stany depresyjne.

Zmiany psychiczne dotyczą sfery osobowości i inteligencji człowieka starego.

Cechy charakteryzujące ludzi starych:

- skłonność do unikania ryzyka
- niechęć do zmian
- zubożenie emocjonalne
- słabnięcie uczucia złości
- ograniczenie zdolności twórczych.

A. Rudnik, Pogranicze. Studia Społeczne. Tom XXVIII (2016)



Senior – kto to taki?

obszar psychiczny

W kwestii inteligencji zauważa się, iż wraz z wiekiem pewne jej składowe pogarszają się, kiedy inne pozostają na tym samym poziomie.

Człowiek starszy:

- boryka się ze słabnącą pamięcią pierwotną, co utrudnia zapamiętywanie nowych treści
- zmniejsza się przerzutność uwagi, następuje spowolnienie psychomotoryczne oraz myślenie abstrakcyjne.

Na stałym poziomie pozostaje u osób starszych wiedza, zdolność rozwiązywania codziennych problemów, umiejętność wnioskowania oraz zdolność rozróżniania co jest właściwe, a co nie.

Człowieka starszego charakteryzuje posiadanie bogactwa wiedzy życiowej, która była zdobywana przez cały produkcyjny okres życia i pozwalała na dynamiczną i twórczą pracę, a w okresie starości może być wykorzystana w innych sytuacjach i traktowana w kategoriach mądrości życiowej

Senior – kto to taki

obszar zawodowy – adaptacja do emerytury

Starość utożsamia się także z utratą zdolności do pracy zawodowej i okresem emerytury.

Przejęcie na emeryturę jest jedną z najważniejszych i zarazem najtrudniejszych zmian towarzyszących starości.

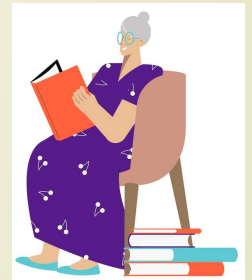
Dla części seniorów trudne może okazać się funkcjonowanie w zupełnie nowej rzeczywistości.

Pojawia się nie tylko strach przed nową, nieznaną sytuacją, ale także pogorszeniem się sytuacji materialnej, która po przejściu na emeryturę zazwyczaj ulega pogorszeniu.

Okres emerytury = zmiana ról, jakie do tej pory ludzie pełnili.

Osoba dotąd aktywna zawodowo staje się emerytem, co zmienia zupełnie jej dotychczasową rolę w społeczeństwie.

Okres emerytury zmusza do przyjęcia nowej roli społecznej, do której trzeba się przystosować.





praca z filmem

- ▶ **„Starość – najszczęśliwszy okres życia.
Czy to możliwe?”**

https://www.youtube.com/results?search_query=-+%E2%80%9EStaro%C5%9B%C4%87+%E2%80%93+najszcz%C4%99%C5%9Bliwszy+okres+%C5%BCydia.+Czy+to+mo%C5%BCliwe%3F%E2%80%9D

Relacje z osobą starszą

- podmiotowość w kontakcie i relacjach

PODEJŚCIE PRZEDMIOTOWE



PODEJŚCIE PODMIOTOWE



Relacje z osobą starszą

- granice w kontakcie





praca z filmem

„Zadawaj te pytania, by rozpocząć i utrzymać rozmowę z każdym”

<https://www.youtube.com/watch?v=pEDzr9SGIjM>

Sesja II



1. Praca z osobami starszym:
ujęcie teoretyczne, ujęcie praktyczne
2. „7 zasad w pracy z seniorami”
3. Komunikacja i jej znaczenie w życiu człowieka:
rodzaje komunikacji, bariery komunikacyjne
4. Skuteczna komunikacja z seniorem:
co uwzględnić, co robić a czego unikać, AAC
5. Działania podejmowane na rzecz seniorów
6. Moje bezpieczeństwo w pracy i komunikacji z osobami
z zaburzeniami psychicznymi
7. Choroby wieku podeszłego i wsparcie seniorów
w obliczu trudnej choroby
8. Działania na rzecz ochrony zdrowia osób starszych:
indywidualne, społeczne; geriatrya i gerontologia;
samotność a osamotnienie

Praca z osobami starszym



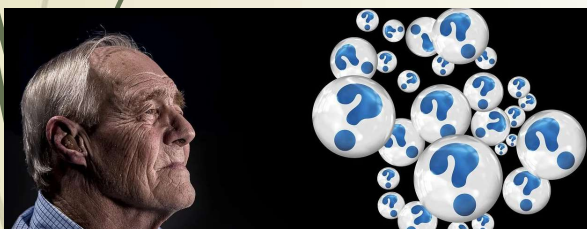
► ujęcie teoretyczne

USTAWA z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych

- określa zakres monitorowania i przedstawiania informacji o sytuacji osób starszych, podmioty uczestniczące w realizacji tego zadania oraz źródła jego finansowania
- osoba starsza – osoba, która ukończyła 60. rok życia

Praca z osobami starszym

► ujęcie praktyczne





praca z filmem

- ▶ „7 zasad w pracy z seniorami”

<https://www.youtube.com/watch?v=5yeS92HJdng>

Komunikacja i jej znaczenie w życiu człowieka

rodzaje komunikacji, bariery komunikacyjne



Skuteczna komunikacja z seniorem

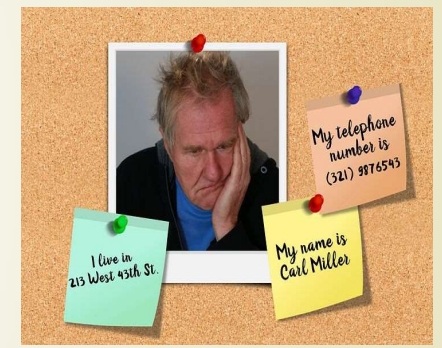


► Co uwzględnić?

- stan zdrowia
- warunki bytowe
- nastawienie
- możliwości komunikacyjne
- umiejętności komunikacyjne
-

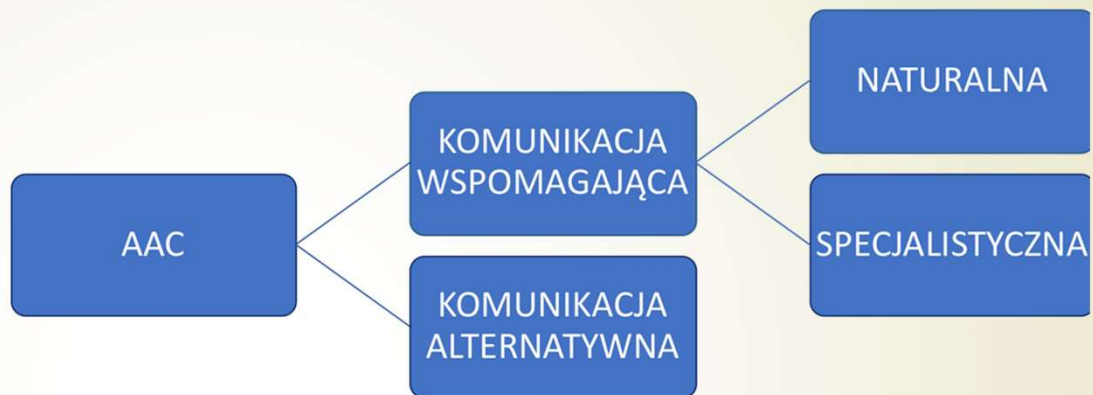
Skuteczna komunikacja z seniorem

► Co robić?

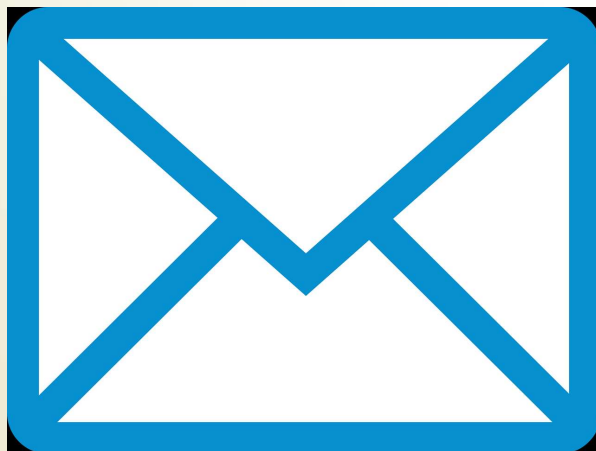


Skuteczna komunikacja z seniorem

➔ AAC



Skuteczna komunikacja z seniorem



➤ **koniecznie Koperta Życia !!!**

- koperta przechowywana w lodówce, zawierająca formularz z krótkim opisem historii choroby, listą zażywanych leków, danymi chorego oraz kontaktem do lekarza prowadzącego i najbliższych członków rodziny – informacjami niezbędnymi podczas przeprowadzania wywiadu lekarskiego w trakcie udzielania pomocy medycznej. Adresowana jest do lekarzy i ratowników pogotowia wezwanych na interwencję w domu chorego. Stanowi nieocenioną pomoc w podjęciu szybkiej akcji ratującej życie.
- „Koperta życia” przechowywana jest zazwyczaj w lodówce oznakowanej charakterystycznym magnesem lub naklejką.
- Opcjonalnie można przechowywać ją w innym, łatwo dostępnym miejscu, np. kuchennej szafce, jeśli miejsce to również zostało oznaczone specjalną naklejką.
- Akcja rozpowszechniania kopert życia wśród seniorów, osób samotnych i chorych zyskała poparcie lekarzy i ratowniczych służb medycznych.
- **Pracownicy pogotowia potwierdzają, że niejednokrotnie informacje zawarte w kopercie życia pomogły w podjęciu odpowiednich działań ratujących ludzkie życie.**



Działania podejmowane na rzecz seniorów

- ▶ We wcześniej cytowanej ustawie działania te określono jako:
 - ▶ ... 2) polityka senioralna – ogół działań organów administracji publicznej oraz innych organizacji i instytucji, które realizują zadania i inicjatywy kształtujące warunki godnego i zdrowego starzenia się;
-
- kluby seniora
 - domy dziennego pobytu
 - uniwersytety trzeciego wieku
 - domy opieki
 - szpitale rehabilitacyjne
 - programy aktywizacji zawodowej

Moje bezpieczeństwo w pracy i komunikacji z osobami z zaburzeniami psychicznymi

- **Moje bezpieczeństwo – bardzo ważne !!!**
- Jak postąpić gdy senior jest osobą z zaburzeniami psychicznymi?



Kontakt z osobą z zaburzeniami psychicznymi

<https://kujawsko-pomorska.policja.gov.pl/kb/dzialania-policji/psycholog-w-po/porady-dla-policjantow/2601,Zasady-zachowania-sie-wobec-osob-przejawiajacych-zaburzenia-psychiczne.html>

➤ **zasady nawiązywania kontaktu - Schizofrenia – najczęstsze objawy:**

- halucynacje – na przykład głosy, które słyszy jedynie chory. Halucynacje są najczęściej słuchowe, choć mogą być też wzrokowe lub węchowe,
- urojenia i błędne przekonania – najczęściej człowiek taki wierzy, że jego działania i uczucia są kontrolowane przez jakąś siłę zewnętrzną, że jego myśli są wykradane przez innych lub też nasyłane do jego głowy przez jakieś siły czy osoby,
- zaburzenia kojarzenia – dana osoba nie mówi sensownie, łączy słowa w ciągi, których słuchacz nie rozumie,
- Dziwaczne zachowania, dziwaczny wygląd (np. ubiór),
- zaburzenia poczucia tożsamości – osoba może przyjąć inną tożsamość lub nie być pewną niektórych aspektów swojego ciała i jego granic (może mówić np. o połączeniu z kosmosem czy uniwersalnymi potęgami),

W kontakcie ze schizofrenikami:

- zachowaj spokój, nie wykonuj gwałtownych ruchów
- nie pocieszaj naiwnie
- zachowaj dystans fizyczny i nie łam go na siłę
- zadbaj o własne bezpieczeństwo (usuń z najbliższego otoczenia niebezpieczne przedmioty)
- nie bój się, panuj nad własnymi emocjami
- zadbaj o dobrą atmosferę rozmowy
- to ludzie wyczuleni na świat zewnętrzny – duża ilość wrażeń, liczebność osób, drażni – powinien rozmawiać jeden policjant, należy zrezygnować z obserwatorów
- nie zaprzeczaj, ale też nie zgadzaj się z treścią urojeń, nie przerywaj, możesz wysondować: „Co ten głos Pani podpowiada?”
- nie dyskutuj na temat logiki urojeń i halucynacji. Nie staraj się zmienić sposobu widzenia rzeczywistości przez osobę chorą
- nie tłumacz, że to co on widzi czy słyszy, jest ułudą
- nie wyśmiewaj, traktuj z szacunkiem, nie protekcjonalnie

Kontakt z osobą z zaburzeniami psychicznymi

<https://kujawsko-pomorska.policja.gov.pl/kb/dzialania-policji/psycholog-w-po/porady-dla-policjantow/2601,Zasady-zachowania-sie-wobec-osob-przejawiajacych-zaburzenia-psychiczne.html>

■ zasady nawiązywania kontaktu - depresja – objawy

- złe samopoczucie i apatyczny nastrój
- utrata lub zmniejszenie wrażliwości na bodźce/obojętność
- niezdolność do odczuwania przyjemności,
- rozmyślanie o śmierci lub samobójstwie,
- wycofanie się z kontaktu z innymi osobami
- poczucie beznadziejności
- zaburzenia snu/wczesne budzenie się
- zaburzenia odżywiania, np. zmniejszenie łaknienia

W kontakcie z osobami cierpiącymi na depresje:

- **nie wyzwalaj u tej osoby dodatkowych negatywnych emocji, poprzez np. strofowanie, lekceważenie osoby i jej problemów, ironiczny uśmiech**
- **mów wyraźnie i wolno**
- **zapewnij opiekę lub nadzór osobie, nie pozostawiaj samej z problemem**
- **zachęcaj osobę do mówienia, to może ją uspokoić, a ty wysondujesz w jakim stanie się znajduje**
- **wykaż zrozumienie dla jego problemów**
- **nie pospieszaj rozmówcy, niekiedy musisz czekać na odpowiedź dłużej niż zwykle, osoba może potrzebować czasu na przeanalizowanie twojej wypowiedzi**
- **stwórz poczucie bezpieczeństwa, postaraj się aby osoba nie postrzegala ciebie jako źródła zagrożenia**
- **słuchaj aktywnie, zapytaj co możesz zrobić, żeby pomóc**

Kontakt z osobą z zaburzeniami psychicznymi

<https://kujawsko-pomorska.policja.gov.pl/kb/dzialania-policji/psycholog-w-po/porady-dla-policjantow/2601,Zasady-zachowania-sie-wobec-osob-przejawiajacych-zaburzenia-psychiczne.html>

➤ zasady nawiązywania kontaktu – depresja c.d.

Bardzo często depresja może być przyczyną samobójstw.

W relacjach z osobami mającymi tendencje samobójcze:

- zwracaj baczną uwagę na osoby, które wyrażają pragnienie zabicia siebie lub mówią, że „chcę pójść spać i zapomnieć o wszystkim”. Około dwie trzecie osób popełniających samobójstwo informowało o swoich intencjach rodzinę, przyjaciół lub inne osoby

- nie ignoruj narzekania

- wracaj szczególną uwagę na osoby, które mówią o utracie nadziei.

Na przykład: większość zdecydowanych na popełnienie samobójstwa rezygnuje z tego zamiaru, gdy dowiaduje się o istnieniu leków lub technik mogących uśmierzyć ich ból

- rzeczy takie jak broń czy duże ilości środków uspokajających trzymaj jak najdalej od osób z samobójczymi skłonnościami

- okaz zainteresowanie osobom, które mają skłonności samobójcze

Próba samobójcza jest najczęściej ich wołaniem o pomoc.

Ludzie ci potrzebują „mistrza”, który mógłby pokazać nowe rozwiązania ich problemów i przynajmniej w niewielkim stopniu pomógł zmniejszyć ich poczucie beznadziejności

- nie osądzaj, nie doradzaj, nie pouczaj, tzn. nie potępiaj ani nie usprawiedliwiał,

Kontakt z osobą z zaburzeniami psychicznymi

<https://kujawsko-pomorska.policja.gov.pl/kb/dzialania-policji/psycholog-w-po/porady-dla-policjantow/2601,Zasady-zachowania-sie-wobec-osob-przejawiajacych-zaburzenia-psychiczne.html>

▶ zasady nawiązywania kontaktu - mania

Mania – w zespole maniakalnym występuje ciągły stan zadowolenia, radości, szczęścia oraz brak adekwatnych reakcji na przykre wydarzenia. Osoba jest bardzo pobudzona, tempo myślenia ulega przyspieszeniu, potrafi on działać przez wiele godzin bez odpoczynku. Jest bezkrytyczny wobec własnej osoby i działania, nie dostrzega żadnych przeszkód w drodze do realizacji wytyczonego celu.

Mania zwykłe charakteryzuje się:

- wzmożoną aktywnością motoryczną
- drażliwością, wzmożonym nastrojem
- przyspieszeniem procesów myślowych (gonitwa myśli)
- mowa takich osób jest zazwyczaj głośna, gwałtowna i trudna do zrozumienia.

W kontakcie z maniakami:

- **zadbaj o swoje bezpieczeństwo**
- **stwórz pozytywną atmosferę,**
- **dostosuj się do swojego rozmówcy – do tempa jego wypowiedzi, do nastroju – możesz stopniowo zwalniać np. tempo wypowiedzi, mówić nieco ciszej**
- **zachowaj spokój**
- **nie okazuj silnych emocji**
- **staraj się poprzez swój spokój wyciszyć osobę, z którą masz kontakt**
- **unikaj sztuczności.**

Kontakt z osobą z zaburzeniami psychicznymi

<https://kujawsko-pomorska.policja.gov.pl/kb/dzialania-policji/psycholog-w-po/porady-dla-policjantow/2601,Zasady-zachowania-sie-wobec-osob-przejawiajacych-zaburzenia-psychiczne.html>

► zasady nawiązywania kontaktu z osobą z antyspołecznym zaburzeniem osobowości

Zaburzenie to występuje wtedy, gdy osoba przejawia trwałe zachowanie antyspołeczne. Osoba taka nie jest chora psychicznie, nie cierpi na urojenia czy halucynacje, nie ma niedoborów w sferze intelektu. Myśli ona racjonalnie i jest świadoma tego, co robi.

Cechy charakterystyczne:

- brak wyrzutów sumienia i lojalności względem kogokolwiek
- agresywne lub antyspołeczne zachowanie
- naruszanie i lekceważenie praw innych osób
- impulsywność, wybuchowość, brak odpowiedzialności
- Osoby dopuszczają się agresji wobec ludzi i zwierząt, kradzieży, niszczą cudzą własność oraz naruszają normy obowiązujące w społeczeństwie.

W relacjach z osobami z antyspołecznym zaburzeniem osobowości:

- **wykaż się daleko posuniętą ostrożnością nie licz na pozytywne nastawianie osoby do Ciebie, nie wierz w zapewnienia**
- **bądź spokojny – nie okazuj lęku, nie wywyższaj się**
- **nie apeluj do uczuć wyższych**
- **pamiętaj o jego impulsywności**
- **myśl szybko, przewiduj, bądź plastyczny**
- **nie groź, nie ośmieszaj.**

Choroby wieku podeszłego i wsparcie seniorów w obliczu trudnej choroby



► **Choroby wieku podeszłego**

Do najczęściej występujących chorób wieku starczego zalicza się:

- depresję
- chorobę Parkinsona
- otępienie starcze
- inkontynencję
- cukrzycę
- chorobę Alzheimera
- reumatyzm
- miażdżycę
- choroby miażdżycowe
- nowotwory
- osteoporozę.

Działania na rzecz ochrony zdrowia osób starszych



► **indywidualne:**

- osobista troska seniora o swój stan zdrowia, wypełnianie czasu wolnego, ewentualną edukację, kontakty z innymi, rozwój zawodowy ...

Działania na rzecz ochrony zdrowia osób starszych



► społeczne:

- kontakty z rodziną
- kontakty z przyjaciółmi, znajomymi
- udział w życiu społecznym – środowiskowym
- aktywizacja zawodowa
- ...

Działania na rzecz ochrony zdrowia osób starszych



➤ geriatrya

- zajmuje się leczeniem wszelakich chorób dotyczących osób starszych.
- Można wymieniać te choroby od najpowszechniejszych, jak choroby układu krążenia, układu ruchu, przez choroby układu nerwowego, psychiczne – demencja, majaczenia, otępienia, depresja starcza, aż po nietrzymanie moczu czy niedożywienie.

Działania na rzecz ochrony zdrowia osób starszych



► gerontologia

- nauka o biologicznych przyczynach i skutkach starzenia się człowieka.
- Bada procesy fizykochemiczne będące przyczyną starzenia się komórek oraz ich zespołów, a w konsekwencji całego organizmu, oraz procesy psychiczne, stanowiące podłoże zmian starczych.

Działania na rzecz ochrony zdrowia osób starszych



▶ **samotność**

Działania na rzecz ochrony zdrowia osób starszych

▶ osamotnienie



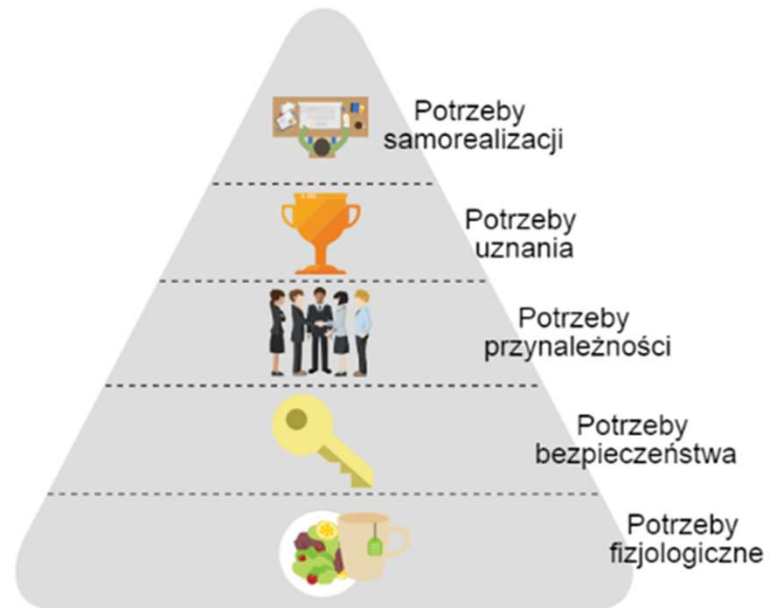
Sesja III



1. Jakie są potrzeby osób starszych?
2. Aktywizacja osób starszych:
rodzaje metod aktywizujących,
sposób prowadzenia zajęć
3. Praca z osobą starszą:
w zakresie edukacji, aktywności
kulturalnej, akulturacja
4. Działania w obszarze zabezpieczenia
socjalnego osób starszych
5. „Trójkąt Dramatyczny Karpmana”
i „Bajka o motyłu”
6. „Drogi dwudziestoletni”

Jakie są potrzeby osób starszych?

Piramida potrzeb Maslowa



Aktywizacja osób starszych

➤ rodzaje metod aktywizujących:

- **Metody pracy socjalnej**
 - prowadzenie indywidualnego przypadku (casework)
 - pracę z grupą (groupwork)
 - organizowanie (przekształcanie) środowiska lokalnego (community organization).
- **Program Aktywności Lokalnej (PAL)** jest długofalowym programem strategicznym, zaplanowanym i przyjętym na poziomie gminy na rzecz aktywizacji, integracji mieszkańców i rozwiązywania problemów społecznych na danym terytorium.
- Celem PAL jest współpraca i koordynacja oddziaływań organizacji i instytucji, które swoją działalność skupiają na zaspokajaniu potrzeb członków danej społeczności lokalnej w celu jej wzmocnienia, wsparcia i włączenia grup wykluczonych bądź zagrożonych wykluczeniem.
- **Indywidualny plan wsparcia (IPW)** mieszkańca jest „programem” pracy terapeutycznej z mieszkańcem.
Zawiera informacje dotyczące mieszkańca, jest podstawowym źródłem wiedzy o mieszkańcu, wskazuje na deficyty występujące u mieszkańca, określa szczegółowo cele pracy terapeutycznej, wyznacza i porządkuje zadania do wykonania z mieszkańcem i na rzecz mieszkańca, a także pozwala na dokonanie oceny skuteczności podejmowanych działań.



Praca z osobą starszą

- ▶ **w zakresie edukacji:**
 - uniwersytety trzeciego wieku
 - kursy komputerowe
 - kursy zawodowe
 - pracownik 60+
 - ...
- ▶ **aktywności kulturalnej:**
 - kluby seniora
 - koła zainteresowań
 - ...
- ▶ **Akulturacyja:**
 - uzupełnianie ubytków inkulturacji
 - ...

Działania w obszarze zabezpieczenia socjalnego osób starszych



- ▶ Pomoc materialna udzielana na podstawie ustawy o pomocy społecznej (zasitek okresowy, zasitek stały, zasitek celowy) dodatek mieszkaniowy oraz dodatek energetyczny.
- ▶ Świadczenia z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.
- ▶ Bezpłatne porady prawne.

https://www.google.com/search?q=zabezpieczenie+socjalne+dla+seniora&client=firefox-b-d&ei=irDqYsCTLoeXrwTN2YeABg&ved=0ahUKewjAkrmknav5AhWHy4sKHc3sAWAQ4dUDCA0&uact=5&oaq=zabezpieczenie+socjalne+dla+seniora&gs_lcp=Cgdnd3Mtd2l6EAM6BwgAEEcQsAM6BggAEB4QBzoKCAAQHhAPEAgQBzoECAAQDTofCAAQgAQ6BAGAEAo6CAGAEb4QCBAHOGQIIAKSgQIQRgASgQIRhgAULcKWMxhYNJnaAFwAXgAgAFniAGyGZIBBDM2LjOYACgAQHIAQJAAQE&scient=gws-wiz

„Trójkąt Dramatyczny Karpmana”



Trójkąt Dramatyczny Karpmana

Wchodzenie w rolę:

SPRAWCA – OFIARA - WYBAWICIEL

Trójkąt Dramatyczny to koncepcja, która ilustruje tzw. role skryptowe (Ratownik, Prześladowca, Ofiara)

przyjmowane przez ludzi – role, w które wchodzimy w swoim życiu w różnych sytuacjach.

Ich obejrzenie pozwala zobaczyć, w jakie gry psychologiczne gramy z innymi oraz jak wyglądają nasze relacje i ich dynamika oraz potrzeby.



ofiara	prześladowca	ratownik



praca z filmem

- ▶ **Trójkąt Dramatyczny Karpmana”**
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=4Gu8iarPTTc>

Praca z tekstem:

„Przypowieść o motyłu” ćwiczenie praktyczne

Pewnego dnia na leśnej polanie mały niebieski motylek zaczął wykluwać się z kokonu; mężczyzna, który akurat tamtędy przechodził, usiadł i przyglądał się, jak motyl przeciska swoje ciało przez ten mały otwór. I wtedy motylek zaprzestał walki o swoją wolność, zatrzymał się. Tak jakby zaszedł tak daleko, jak mógł i dalej już nie miał sił.



Zatem mężczyzna postanowił mu pomóc: wziął nożyczki i rozciął kokon. Dzięki temu motyl zrzucił go bez problemu. Miał za to wątpliwe ciało i bardzo pomarszczone skrzydła. Mężczyzna kontynuował obserwację. Spodziewał się, że za chwilę motyle skrzydła zaczną grubieć, powiększać się, dzięki czemu motyl będzie mógł fruwać po łąkach pełnych kwiatów.

Jednak tak się nie stało! Motyl spędził resztę życia, czołgając się po ziemi z mizernym ciałem i pomarszczonymi skrzydłami. Do końca życia nie był w stanie latać.

Człowiek w całej swej życzliwości i dobroci nie przypuszczał, że swoją pomocą może mu zaszkodzić.

Walka motyla z kokonem była bodźcem dla jego skrzydeł, dzięki któremu był w stanie pokonać opór i zacząć latać, uwolnić się.

Praca z filmem – refleksja na zakończenie

- ▶ „Drogi dwudziestoletni”

<https://www.youtube.com/watch?v=Qq6tSvY6O24>





Dziękujemy za udział w szkoleniu