

Весна Роџр

Тел : 026.668.01.20

Моб : 078.940.73.10

Е-маил : IVAVESNAROHR@GMAIL.COM

Адреса : Rue de Mossel 8, 1523 - Granges-près-Marnand

Професија : Психолог - Специјалист по училишна психологија

ПРЕДЛОГ ПРОГРАМА

« *МОЈОТ ЖИВОТ И ЈАС* »

ПРЕДАВАЊА И РАБОТИЛНИЦИ

МАЈ 2011

1. ПОТРЕБА

Свесни дека *транзиција* не е нешто што се случува само во нашата Македонија, туку напротив претставува глобален, планетарен проблем, исто така свесни дека последиците од истата можат да бидат катастрофални за семејствата, поединците и посебно децата, сметам дека *превентивата* и во овој случај е најефикасно решение.

Имено, каде и да сме како Македонци, во случајот во Швајцарија, соочени сме како и сите нации, со неминовните брзи промени, привремени и импровизирани решенија за адаптација, борба за опстанок, борба за личен раст и развој, очајна желба да се одржува функционалноста на семејството, најдобри желби и амбиции за децата, премногу стрес, трауми, загуби и разочарувања кои се појавуваат кога најмалку ги очекуваме.

Оттука, темите кои се предвидени со овој проект во вид на предавања и работилници, се пожелни и потребни, бидејќи можат да им помогнат на нашите луѓе да го согледат своето секојдневие и себе си од поинаков агол. Истовремено, имаат можност да се посоветуваат со стручно лице со идентичен менталитет како нивниот и да побараат помош за полесно разрешување и надминување на проблемите со кои се сретнуваат.

2. ОПИС НА ПРОГРАМАТА

- За почеток, предвидени се теми кои разработуваат и опфаќаат повоопштени прашања, но доколку се пројави интерес, во иднина можат да се планираат теми кои се од поконкретен карактер,
- Во почетната агенда за средбите, планирана е средба еднаш во месецот или еднаш во два месеци, но може да биде и поинаку организирано,
- Една иста тема може неколку пати последователно во месецот да се повтори за повеќе групи, во зависност од интересот,
- Темите ќе бидат презентирани *интерактивно* - *предавања и работилници (workshops)*, според следниот распоред :

Јуни 2011

ТЕМА : *НАДЕЖ*

РАБОТИЛНИЦИ : « *ЖИВОТЕН МОМЕНТ* »

« *ЛИЧНА ПРИКАЗНА* »

« *ТАГА-РАДОСТ* »

Јули 2011

ТЕМА : *СЕМЕЈСТВО*

РАБОТИЛНИЦИ : « *РАЗЛИЧНИ-ПОБОГАТИ* »
« *ЉУБОВ* »

Септември 2011

ТЕМА : *РОДИТЕЛ*

РАБОТИЛНИЦИ : « *ВЕРБАЛНИ ПОРАКИ* »
« *ОД ШТО ЗАВИСИ МОЈОТ ЖИВОТ* »

Октомври 2011

ТЕМА : *НАСИЛСТВО*

РАБОТИЛНИЦИ : « *СТРАВОВИ* »
« *МОЕ ИСКУСТВО* »

Ноември 2011

ТЕМА : *СЕПАРАЦИОНА АНКСИОЗНОСТ*

РАБОТИЛНИЦИ : « *ДОВЕРБА* »
« *СТРАВ* »

Декември 2011

ТЕМА : *АДОЛЕСЦЕНТ*

РАБОТИЛНИЦИ : « *ЖЕЛБИ* »
« *СЛИКА ЗА МЕНЕ* »

Февруари 2012

ТЕМА : *КОМУНИКАЦИЈА*

РАБОТИЛНИЦИ : « *МОЕТО ИМЕ* »
« *ПОРТОКАЛ* »

Март 2012

ТЕМА : *МОТИВАЦИЈА ЗА УЧЕЊЕ*

РАБОТИЛНИЦИ : « *ТЕСТ* »

·
·
·

Неопходен материјал : хартија, молив, проектор за големи групи.

3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Животот и психологијата се неразделни. Крајна цел на психологијата е да обезбеди поквалитетно живеење.
Токму тоа е и основната цел на овој проект, да помогне животот на поединецот и семејството да се издигне на повисоко и поквалитетно ниво,
- Колку повеќе се запознаваме самите себе си, толку повеќе може и да си помогнеме,
- Никој не е поштеден од бремето на животот и сè што тој носи, но секогаш можеме да се обидеме да направиме да биде подобро, поубаво, повредно...Секој обид не менува, а ако е во позитивен правец, тогаш сме се издигнале повисоко,
- Да се отвориме за слушање, да разбереме, да прифатиме, да сакаме да се промениме за наше добро.

4. ОЧЕКУВАЊЕ

- Ако секој момент се менуваме, со остварување на овој проект, неминовно ќе настанат промени кај сите учесници. Побогати од една средба повеќе, побогати од еден збор повеќе и веќе сме на повисоко ниво,
- Размената во група, исто така е многу продуктивна за поединецот за групната динамика дома, на работа или со пријатели,
- Семејствата и поединците да имаат шанса да го зголемат квалитетот на своето живеење со согледување дека многу нешта зависат од нив самите, потребна е само силна волја.

5. УЧЕСНИЦИ, ЦЕЛНИ ГРУПИ

- За поголема ефикасност, пожелно е групите да бидат околу 30 учесници. Составот на групите зависи од интересот, но целни групи се семејства, возрасни поединци, родители и млади (средна и касна адолесценција),
- Во иднина истите и други теми можат да бидат остварени поинаку-без работилници, што поразбира групи над 50 учесници, доколку има интерес.

6. ПРОЦЕНЕТ РИЗИК

- Единствен ризик за неуспешност за реализација на програмата е несвесна незаинтересираност за себе и својот живот,
- Единствен ризик за неуспех на ефектите од предавањата е отпор, природно својствен на човекот, кој бара длабоки анализи и поинакви видови на соработка.

7. ПОСЕБНА ЗАБЕЛЕШКА

Сметам за неопходно да нагласам, дека иако заминувањето од дома во друга земја автоматски подразбира *« ОДЕЊЕ ВО ПОДОБАР ЖИВОТ »*, дотолку повеќе секој проблем кој ќе се појави е дочекан неспремно од луѓето. Тоа е природен феномен заради очекувањето со кое заминуваат и доаѓаат. Колку и да се поголеми шансите за подобар живот во *« туѓина »*, ништо не го одминува човекот - *каде и да е -*, и *доброто и лошото*.

ОВА Е ОБИД да научиме да се соочиме со лошото, да го модифицираме за да ни биде подобро !

ОВА Е ОБИД истовремено да не заборавиме да го цениме убавото !
ДА СЕ ПОТСЕТИМЕ ДЕКА ТРЕБА ДА МУ СЕ РАДУВАМЕ НА МАЛИОТ УБАВ МИГ, СЕКОГАШ И СЕКАДЕ, ЗА ДА ИМАМЕ СИЛА ДА ГО ИЗДРЖИМЕ ОНА ДРУГОТО И ДА ПРОДОЛЖИМЕ ПОНАТАМУ, ПОСИЛНИ, ПОБОГАТИ, ПОЗРЕЛИ, ПОДОБРИ...