Slachta Margit
Nemzeti Szociálpolitikai Intézet

AZ ÖNSORSRONTÓ VISELKEDÉS MINTÁZATI HÁTTERE, MEGJELENÉSI FORMÁI

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és
VEKOP-7.5.1-16-2016-00001
kiemelt projektek
Cím: 1071 Budapest, Peterdy u. 15.
E-mail: efop382@nszi.hu
E-mail: vekop751@nszi.hu

SZÉCHENYI 2020
MAGYARORSZÁG KORMÁNYA
Európai Unió
Európai Szociális Alap
BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Az önsorsrontó viselkedés mintázati háttere, megjelenési formái

OKTATÓI TANANYAG

Szerzők

Aczél Anna
Süki-Szijjártó Szilvia

Szakmai lektor

Bányai Emőke

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és a VEKOP-7.5.1-16-2016-00001 azonosítószámú, Szociális humán erőforrás fejlesztése című kiemelt projekt

Az EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és a VEKOP-7.5.1-16-2016-00001 azonosítószámú, Szociális humán erőforrás fejlesztése című kiemelt projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

Slachta Margit
Nemzeti Szociálpolitikai Intézet

A kiadvány a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 és a VEKOP-7.5.1-16-2016-

00001azonosítószámú,

Szociális humán erőforrás fejlesztése című kiemelt projekt

keretében készült

Kiadja Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet

1142 Budapest, Ungvár utca 64-66.

Telefon: +36 1 450 32 30, +36 1 450 32 35

www.nszi.hu

Felelős kiadó: Dr. Tóth Tibor főigazgató

Budapest, 2021

Előszó

Köszöntjük a 30 tanórás **„Az önsorsrontó viselkedés mintázati háttere, megjelenési formái”** c. szakmai tanfolyam típusú továbbképzésen!

Mit ad Önnek „Az önsorsrontó viselkedés mintázati háttere, megjelenési formái” c. továbbképzés, milyen kompetenciákkal bővül szakmai tudása?

A továbbképzés célja, hogy a résztvevő szakembereket érzékenyítse a az önmaguk ellen forduló kamaszokkal való munkával kapcsolatban. A szakmai tanfolyam során a résztvevők megismerkednek a kamaszkori krízisekkel, az önsorsrontó viselkedés tüneteivel, valamint a segítés lehetséges módjaival.
A továbbképzés kiemelten foglalkozik a kamaszkor változásaival, a kortárs generációs elméletekkel, az agressziós tünetekkel, gyerektársak elleni agresszióval, kiközösítéssel. Bemutatja a rejtőzködő, befelé forduló fiatal jellemzőit, a depresszió jelenségét, a falcolást és szuicid cselekményeket. Ismerteti, hogyan működik „a cry for help”, milyen jelzőrendszer áll rendelkezésre, mi a családi minta és háttér, valamint a segítő szerepe.

Hogyan épül fel „Az önsorsrontó viselkedés mintázati háttere, megjelenési formái” c. továbbképzés?

Tananyagegység	Óraszám	Forma
1. Továbbképzési nap	10 tanóra (5 tanóra elmélet, 5 tanóra gyakorlat)	jelenléti
2. Továbbképzési nap	10 tanóra (5 tanóra elmélet, 5 tanóra gyakorlat)	jelenléti
3. Továbbképzési nap	10 tanóra (7 tanóra elmélet, 3 tanóra gyakorlat)	jelenléti

Bevezetés

A 30 tanórás szakmai továbbképzés fejlesztéséhez az alábbi segédanyagok állnak rendelkezésre:

A továbbképzési tartalmak elsajátítását támogató szakmai anyag a résztvevők és képzők számára.

1. **Hallgatói tananyag:**
   - A továbbképzés témájához kapcsolódó elméleti ismereteket ad át.
   - Az adott fejezetben tanultak áttekintését segíti.
   - Az elsajátított ismereteket kérdések mentén is ellenőrizhetővé teszi.
   - Lehetőséget teremt egy-egy téma elmélyült tanulmányozására a felhasznált és ajánlott irodalom segítségével.

2. **Prezentáció:**
   - A továbbképzési program egyes elméleti és gyakorlati elemeinek bemutatását segítő diasorozat. A prezentáció vetítése segíti a tanfolyam strukturálását, az időkeretek betartását.
   - A diák alatti jegyzet az oktatóknak szól, amely a gördülékeny tanfolyamvezetést szolgálja.

3. **Handoutok:**
   - A képzés során a résztvevők számára kiosztandó kiegészítő segédanyagok.

4. **Oktatói segédanyag:**
   - A továbbképzés megtartását támogató bővebb szakmai és módszertani háttéranyag.
   - A résztvevők felé támasztott követelmények megfogalmazása.
   - A számonkérés értékelési szempontjainak bemutatása.
   - Az egyes témákhoz tartozó diák kijelölése.
   - A szakmai tanfolyamhoz szükséges mellékletek bemutatása.
   - Forgatókönyv, mely a továbbképzés főbb tartalmi elemeit, szerkezetét, időkeretét és módszereit, eszközeit foglalja össze.

A szakmai tanfolyam során nem az a cél, hogy a Hallgatói tananyagban található összes elméleti ismeretet elmondja az oktató. A cél az, hogy a legfontosabb ismeretek, szemlélet átadását követően a felmerülő kérdések, gyakorlatok által az elméleti ismeretanyag azonnal összekapcsolódjon a résztvevők mindennapi szakmai munkájával és gondolatokat ébresszen.

A továbbképzés megtartásához javasolt felkészülési lépések:

1. Olvassa át részletesen a továbbképzés megtartásához rendelkezésre álló anyagokat, ismerje meg a továbbképzés kontextusát, célját, tartalmát, lehetséges résztvevőit, időkereteit és a továbbképzés megtartásához szükséges feltételeket
2. Az Oktatói segédanyagot és a rendelkezésre álló prezentációt párhuzamosan, egymással összhangban érdemes átolvasni, megismerni. Olvassa el a diákon található jegyzeteket, egészítse ki saját gondolataival, tapasztalataival! Szükség esetén érdemes az anyagban hivatkozott szakirodalomból is célzottan tájékozódni.
3. A résztvevők maximális bevonása és a velük való hatékony kommunikáció céljából a továbbképzés megtartása előtt olvassa át a Hallgatói segédanyagot is! Ismerje meg, milyen információkhoz jutnak a témából a résztvevők!
4. A továbbképzési feltételek és a forgatókönyv figyelembevételével készüljön fel a továbbképzés megtartására.
5. Gondolja át előre és rögzítse a továbbképzés során bemutatandó példákat!
6. Tervezze meg az időkereteket és a megoldandó feladatokat! Fontos, hogy mindenre maradjon és jusson idő! Könnyebb lesz ezt átgondolni, miután megismerte a résztvevőket (milyen szakterületről érkeztek, milyen végzettséggel, milyen tapasztalatokkal).
7. Építse fel a gyakorlatokat! Biztosítsa a tárgyi feltételeket!

8. Találja ki, hogy a prezentáció vetítését hogyan teszi interaktívvá! Például, amikor már ismeri a résztvevők szakmai tapasztalatát, utalhat ezekre vagy ismerve, hogy melyik résztvevő, mely területről érkezett, megkérdezheti, ott mit tapasztalt a témával kapcsolatban. Ügyeljen arra, hogy a ppt-k vetítése közben nem az a cél, hogy a Hallgatói segédanyagot szóról szóra elmondja az oktató. A cél: struktúrát adni, figyelmet felhívni, elméleti ismeretek és gyakorlati tapasztalatok között koherenciát megteremteni, az összefüggéseket felismerni és áttekinteni.

Javaslatok a továbbképzés egyes elemeinek megvalósításához:

Elméleti előadás – fontos, hogy az előadások interaktív jellegűek legyenek, amelynek keretében az oktató folyamatosan visszacsatolást kér az elhangzottakkal kapcsolatban a résztvevőktől (elsősorban a témához kapcsolódó munkatapasztalataikat illetően), illetve azokra reflektál.
Gyakorlat – a témák feldolgozására irányuló résztvevői gyakorlatok többféle formában (egyéni munka, páros gyakorlat, kiscsoportos feladat, nagycsoportos megbeszélés) a tapasztalati tanulást szolgálják.

Gyakorlati szempontok az oktatási napok hatékony lebonyolításához:
A továbbképzésen résztvevő szakemberek a saját szakmaterületük szakértői, számos képzésen, továbbképzésen, szakmai tanfolyamon, műhelymunkán vettek már részt. Várhatóan nagy elvárásokkal érkeznek a továbbképzésre, ezek közül a következő öt a legfontosabb:

- A résztvevő szakemberek elvárják, hogy azonnal használható tudást kapjanak, azaz a gyakorlatban alkalmazható információkat adjunk számukra. Tudni akarják, hogyan kapcsolódik az adott tanulási program vagy továbbképzés az aktuális élethelyzetükhöz és munkafeladataikhoz, és hogyan segíti őket a program a szakmai céljaik elérésében – azaz, mit tudnak ebből használni?
- Közvetítsük a résztvevők felé, hogy a gyakorlat(ok) és az elméleti tananyag a résztvevők által alkalmazható lesz majd a valós helyzetekben.
- Elvárják, hogy tisztelják és partnerként kezeljék őket. Nagyra értékelik, ha a továbbképzés oktatója tiszteletet mutat az egyén és a tanulási folyamat eredményeképpen elért eredmények iránt. Fontos számukra az, hogy a képző építsen a résztvevő szakemberek korábbi, a tanulás szempontjából releváns és meghatározó tapasztalataira.
- Elvárják, hogy aktívan részt vehessenek a tanulási folyamatban. A felnőttek kedvelik az aktív tanulást, a kiscsoportos feladatokat, és azokat, amelyek helyváltoztatással járnak. Az aktív részvétel elkötelezetté teszi a résztvevőt a tanulási folyamat iránt és nyitottabbá teszi új koncepciók befogadására.
- Elvárják, hogy a gyakorlatok után azonnali visszajelzéseket kapjanak. Az időben történt helyesbítő visszajelzés a sikeres tanulást, a tartalom és a készségek jó elsajátítását eredményezi. A tapintatos visszajelzés segíti a résztvevőt hibáinak kijavításában és megerősíti a helyes hozzáállást. A felnőtt tanulók a kedves, konstruktív kritikát szeretik. A helyesbítő visszajelzést minden esetben előzze meg egy elismerő, dicsérő visszajelzés!
- Elvárják, hogy a továbbképzés támogató környezetben valósuljon meg.
    - Szólítsunk minden résztvevőt a nevén a továbbképzés ideje alatt!
    - Hallgassuk meg minden résztvevő kérdését és véleményét!
    - Legyünk udvariasak és türelmesek!
    - Biztosítsuk a résztvevőket arról, hogy a hibázás a tanulás része!
    - Keressünk alkalmat arra, hogy mindenkit megerősítsünk!
    - Bátorítsuk a résztvevőket, hogy segítsék egymást a tanulás során!
    - Gondoskodjunk arról, hogy a tanulási környezet a lehető legkényelmesebb legyen!

Első továbbképzési nap

Bemutatkozás, a továbbképzés indítása

45 perc gyakorlat (1-6. sz. dia)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Bemutatkozás, tapasztalatok, motivációk, elvárások • A csoportvezető röviden bemutatkozik, majd megkéri a csoporttagokat, hogy röviden mutatkozzanak be. Szempontok: – név – foglalkozási terület – klienskör – feladatok – gyakorlati tapasztalatok – előzetes ismeretek • Névismétlő kört teszünk, mindenki elmondja azt a nevet, ahogyan szeretné, ha a csoportban szólítanák. A mellette ülő elmondja az előtte szóló nevét és a sajátját. A harmadik személy értelemszerűen az előző kettő és a saját nevét mondja, és így tovább.	• A megadott időkeret tartása fontos! • 20-25 fő esetén kb. egy perc jut mindenkire a bemutatkozás során. • A bemutatkozást gyors névtanulás zárja. • Öntapadós etikettek használhatók a név kitűzésére.
Csoportszabályok • A csoport közösen rögzíti a működéshez szükséges legfőbb csoportszabályokat.	• Csoportszabályok: – Titoktartás – Kommunikáció: egyes szám első személy, tisztelet, tartózkodás az ítélkezéstől – Részvétel: aktivitás, önkéntesség – Időkeretek: a nap kezdése, zárása, szünetek – Technikai kérdések: mobiltelefon-használat stb.
A továbbképzés felépítése, a teljesítés feltételei • A projekt és a továbbképzés felépítésének ismertetése. • A teljesítés feltételeinek ismertetése. • Záróteszt teljesítése • Hiányzásra vonatkozó előírások (maximum az összes tanfolyami óra 10%-a, tehát 3 óra)	Érdemes hangsúlyozni, hogy a csoportszabályok a közös munkát, tanulást segítik, a segítő kapcsolatokban gyakran használt szóbeli megállapodásnak számítanak.

45 perc gyakorlat (1. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Bemutatkozó gyakorlat **Interjútechnika** Cél: Ismerkedés, és az interjútechnika elsajátítása	A hallgatók párt választanak, fontos, hogy olyan párt válasszanak, akit nem, vagy csak felszínesen ismernek. Mindkét félnek öt-öt perce van arra, hogy elmondja azt, amit fontosnak tart, majd szerepet cserélnek. Abban is megállapodnak a párok, hogy mit mondanak el a nagycsoport előtt, és melyek azok az információk, amiket megtartanak maguknak. Ha a csoport páratlan létszámú, akkor egy fő a csoportvezetővel együtt megfigyelőként vesz részt a gyakorlatban. Ha letelt az idő, a párok a másik széke mögé állva mutatják be egymást, majd a bemutatott fél kiegészítheti az elhangzott információkat. Az interjú témája szabadon választott, lehet magánéletről, vagy munkáról, vagy bármi másról beszélni, ami meginterjúvolt számára fontos, és rá jellemző. A megbeszélésnél arra is ki kell térni, hogy az is jellemző egy emberre, hogy mit tart fontosnak magáról elmondani, ill. megmutatni. Nagycsoportban megbeszélik, hogy milyen érzés volt visszahallgatni a rólunk szóló információkat, mennyire sikerült megjegyezni a lényeges elemeket. Abban az esetben, ha a csoporttagok ismerik egymást, az interjú során olyan tulajdonságokat, szokásokat, hobbit stb. mondanak el magukról, ami szokatlan, nem kerül szoba a mindennapi munkavégzés során. Az ismerkedésen túlmutatóan a kérdezés módjának a gyakorlása is célja a feladatnak. Mindenképpen beszéljük meg, hogy a tapasztalatok, hogy használhatóak fel munkánk során.

45 perc gyakorlat (2. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Bemelegítő gyakorlat A résztvevők attitűdjének, motivációinak, elvárásainak felmérése.	A nagycsoportot 4-5 fős csoportokra osztjuk, törekedjünk arra, hogy egymást nem, vagy kevéssé ismerő emberek kerüljenek egy csoportba. Minden csoport kap egy A3-as papírt és ezt két oszlopra osztják, az egyik oszlopba az kerül, hogy mit várnak a képzéstől, a másik oszlopba az, hogy mitől tartanak. A csoporttagoknak konszenzusra kell jutniuk. Minden csoport választ egy szóvivőt, aki elmondja a nagycsoport előtt, hogy ők mire jutottak. A nagycsoportban megbeszélik az eltéréseket és a közös célokat, ill. elkerülendő területeket. A gyakorlat azon kívül, hogy segíti az oktatót abban, hogy felmérje a csoporttagok elvárásait és félelmeit a képzéssel szemben, segíti azt, hogy a hallgatók megismerjék egymást, másik véleményét.

15 perc szünet

1. A fejlődéslélektan alapjai

40 perc gyakorlat (3. Handout/1.)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Életkorhoz köthető Gyermekkori és serdülőkori önsorsrontó viselkedéshez köthető esetek	Esetismertetés és elemzés – a csoporttagok bevonásával. Egyéni feladatként mindenki lerajzolja kamaszkora legjobb és legrosszabb élményét. Majd kiscsoportban megbeszélik, és a tapasztalatokat viszik be a nagycsoportba. Minden csoporttagnak lehetőséget kell adni arra, hogy eldöntse, szeretne-e az élményeiről, emlékeiről beszélni, vagy nem. Nem a rajzkészség számít, hanem annak a felidézése, hogy milyen volt kamasznak lenni.

75 perc interaktív előadás (7-13. sz. dia)

1.1. Az emberi fejlődés szakaszai
1.2. Biológiai érés
1.3. Gondolkodás

30 perc ebédszünet

75 perc interaktív előadás (14-15 sz. dia)

1.4. Kommunikáció serdülőkorban 1.5. A változás

30 perc gyakorlat (3. Handout/2.)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Családi mintázat **Az elmélet és a saját élmények összekapcsolása**	Milyen mértékben meghatározó a családi, környezeti mintázat – esetelemzés. Meg lehet-e szakítani az ördögi kört?

15 perc szünet

2. Krízisek

75 perc interaktív előadás (16-34. sz. dia)

2.1. Kamaszkor krízisei 2.2 Krízisekre utaló tünetcsoportok

20 perc gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A nap tanulságainak rövid összefoglalása	– Mit kaptam a mai naptól? – Mire jöttem rá, ami eddig elkerülte a figyelmemet az életkori sajátosságokkal és a krízisekkel kapcsolatban? Fontos időt hagyni a nap lezárására, mert a hallgatók által elmondottak segíthetnek a következő két nap tervezésében és felhívhatja a figyelmünket arra, ha valakit például a saját élmények felidézése érzékenyen érintett.

Második továbbképzési nap

45 perc gyakorlat (4. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A nap indítása, hangolódás Milyen hangulatban kezdi a napot? Ki mit vár a mai naptól?	Verbális és nonverbális gyakorlat. A csoporttagok párba állnak és 1-1 percben elmondják, hogy hogy vannak, milyen hangulatban jöttek ma a képzésre. Ezután nagy kört alkotnak és mindenki bemutatja – nonverbális eszközökkel – hogy a párja hogy van. A csoport megfogalmazza, amit látott, és a szereplők elmondják, hogy jól látták-e a többiek és jól fordították-e le a metakommunikációt. A gyakorlat célja, hogy a hallgatók visszajelzést kapjanak arról, hogy jól értelmezik-e a nonverbális jeleket. Ezután megbeszélik, hogy ki-mit vár a 2. képzési naptól.

90 perc gyakorlat (5. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Az öngyilkossággal kapcsolatos gondolatok megfogalmazása	Nagycsoportos gyakorlat. Cél: A csoporttagok öngyilkossággal kapcsolatos attitűdjének felmérése Kinek mi jut eszébe az öngyilkosságról és milyen érzései vannak a szó hallatán

15 perc szünet

3. Önsorsrontás és önpusztítás

60 perc interaktív előadás (35-39. sz. dia)

3.1. Önbántalmazás, falcolás
3.2. Feszültség okai
3.3. A depresszió

60 perc interaktív előadás (40-45. sz. dia)

3.4. Öngyilkoság

Az öngyilkosság fogalma, elméletek áttekintése, az öngyilkosság és öngyilkossági kísérlet azonosságai és különbségei.

30 perc ebédszünet

40 perc gyakorlat (6. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Csoporthatás gyakorlati elemzése I.	Esetbemutatás. Kiscsoportos megbeszélés a megadott pontok alapján. Majd nagycsoportban megbeszélik a tapasztalatokat.

40 perc gyakorlat (7-10. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Csoporthatás gyakorlati elemzése II.	Szövegelemzés kiscsoportban, majd a tapasztalatok megbeszélése nagycsoportban: Öngyilkosság, falcolás témakörben.

60 perc Interaktív előadás (46-50. sz. dia)

3.5. Szerhasználat (alkohol, drog) Okok, megjelenési formák, terápiás lehetőségek, alkohol, kábítószerek

15 perc szünet

45 perc Interaktív előadás (51-52. sz. dia)

3.6. Étkezési zavarok gyermek- és serdülőkorban Kóreredet, kezelés, orvosi kezelés

10 perc gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A nap tanulságainak rövid összefoglalása Mit kaptam a mai naptól? Mire jöttem rá, ami eddig elkerülte a figyelmemet azöngyilkossággal, szerhasználattalkapcsolatban?	Fontos időt hagyni a nap lezárására, mert a hallgatók által elmondottak segíthetnek a következő két nap tervezésében és felhívhatja a figyelmünket arra, ha valakit például a saját élmények felidézése érzékenyen érintett.

Harmadik továbbképzési nap

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
A nap indítása, hangolódás Milyen hangulatban kezdi a napot? Ki mit vár a mai naptól?	A résztvevők körbe ülnek és mindenki elmondja, hogy hányas osztályzatot adna aktuális hangulatára.

4. Generációs különbségek

50 perc Interaktív előadás (53-55. sz. dia)

Az egyes generációk különbözősége, jellemzői. Generációs elméletek. (I.)

15 perc szünet

50 perc Interaktív előadás (56. sz. dia)

Folytatás: Az egyes generációk különbözősége, jellemzői. Generációs elméletek. . (II.)

5. Zaklatás

45 perc gyakorlat (11. Handout)

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Szakirodalom elemzése	4-5 fős kiscsoportban mindenki elolvassa a szöveget, megbeszélik, majd az oktató elemzi a szöveget.

30 perc ebédszünet

115 perc Interaktív előadás (12. Handout)

Film megtekintése Nézzük meg közösen a „*Remélem legközelebb sikerül meghalnod*” c. magyar filmet! Rendező: Schwechtje Mihály. Megfigyelési szempontokat adunk a hallgatóknak a handoutban. A film véleményezése az interaktív előadásokban átadott ismeretek alapján.

15 perc szünet

100 perc Interaktív előadás (57-61. sz. dia) (13. Handout)

Zaklatás elmélete (Hallgatói tannagy 5. fejezet 5.1 - 5.7. alfejezet). Zaklatás sajátosságainak és a kezelési lehetőségek összefoglalása a handout esetein, vagy saját eseteken keresztül.

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Zárás	Záróteszt kitöltése. Elégedettségi kérdőív kitöltése

FORGATÓKÖNYV

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
ELSŐ TOVÁBBKÉPZÉSI NAP				
Délelőtt	45	*Gyakorlat* Bemutatkozás, a továbbképzés indítása		Dia: 1-6.
Délelőtt	45	*Gyakorlat* Bemutatkozó gyakorlat. Interjútechnika	Handout: 1.	
Délelőtt	45	*Gyakorlat* Bemelegítő gyakorlat	Handout: 3.	
Délelőtt	15	SZÜNET		
Délelőtt	40	*Gyakorlat* 1. A fejlődéslélektan alapjai Önsorsrontó videlkedéshez köthető esetek	Handout: 3/1.	
Délelőtt	75	*Interaktív előadás* 1.1. Az emberi fejlődés szakaszai 1.2. Biológiai érés 1.3. Gondolkodás		Dia: 7-13.
	30	EBÉDSZÜNET		
Délután	75	*Interaktív előadás* 1.4. Kommunikáció serdülőkorban 1.5. A változás		Dia: 14-15.
Délután	30	*Gyakorlat* Családi mintázat	Handout: 3/2.	
Délután	15	SZÜNET		
Délután	75	*Interaktív előadás* 2. Krízisek 2.1. Kamaszkor krízise 2.2. Krízisekre utaló tünetcsoportok		Dia: 16-34.
Délután	20	*Gyakorlat* Nap tanulságainak rövid összefoglalása		

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
MÁSODIK TOVÁBBKÉPZÉSI NAP				
Délelőtt	45	*Gyakorlat* A nap indítása, hangolódás	Handout: 4.	
Délelőtt	90	*Gyakorlat* Öngyilkossággal kapcsolatos érzések, gondolatok megfogalmazása	Handout: 5.	
Délelőtt	15	SZÜNET		
Délelőtt	60	*Interaktív előadás* 3. Önsorsrontás és önpusztítás 3.1. Önbántalmazás, falcolás 3.2. Feszültség okai 3.3. A depresszió		Dia: 35-39.
Délelőtt	60	*Interaktív előadás* 3.4. Öngyilkosság		Dia: 40-45.
	30	EBÉDSZÜNET		
Délután	40	*Gyakorlat* Csoporthatás gyakorlati elemzése I.	Handout: 6.	
Délután	40	*Gyakorlat* Csoporthatás gyakorlati elemzése II.	Handout: 7-10.	
Délután	60	*Interaktív előadás* 3.5. Szerhasználasz (alkohol, drog)		Dia: 46-50.
Délután	15	SZÜNET		
Délután	45	*Interaktív előadás* 3.6. Étkezési zavarok gyermek- és serdülőkorban		Dia: 51-52.
Délután	10	*Gyakorlat* Nap tanulságainak rövid összefoglalása		

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
HARMADIK TOVÁBBKÉPZÉSI NAP				
Délelőtt	45	*Gyakorlat* A nap indítása, hangolódás		
Délelőtt	50	*Interaktív előadás* 4. Generációs különbségek (I.)		Dia: 53-55.
Délelőtt	15	SZÜNET		
Délelőtt	50	*Interaktív előadás* 4. Generációs különbségek (II.)		Dia: 56.
Délelőtt	45	*Gyakorlat* 5. Zaklatás Szakirodalom elemzése	Handout: 11.	
	30	*EBÉD*SZÜNET		
Délután	115	*Interaktív előadás* Film megtekintése	Handout: 12.	
Délután	15	SZÜNET		
Délután	100	*Interaktív előadás* Zaklatás elmélete	Handout: 13.	Dia: 57-61.
Délután	45	*Gyakorlat* Zárás (Záróteszt, Elégedettségmérő kérdőív)		