KAPCSOLAT
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

Tréning vagy Terápia? A ló asszisztált szülői hatékonyság fejlesztő tréning

Kardos Edina
Kapcsolat Lovasterápia Központ
2018

KAPCSOLAT
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

KA T
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

Szülőkkel való munka lehetőségei

- Szülőkonzultáció
- Családterápia
- Szülő-gyerek közös ülések beillesztése az egyéni terápiás folyamatba
- Szülői hatékonyságfejlesztő tréning

KAPCSOLAT
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

Elhelyezés a ló asszisztált tréningek világában

- Önismereti tréningek – „Ló mint tükör”
- Készségfejlesztő tréningek – Asszertivitás, kommunikáció fejlesztés
- Szervezetfejlesztő tréningek – vezetői készségfejlesztés, csapatépítés

- **Szülői hatékonyságfejlesztő tréning: 3in1**

Szülő, aki a családi rendszer részeként, annak vezetőjeként, a család tagjaival hatékonyan és önreflexíven kommunikálva éri el, hogy a család minden tagjának igényei egyidejűleg teljesüljenek.

2009-ben az első, azóta évente 1-2 szülői tréning

KAPCSOLAT
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

Alapelvek

- A ló mellett visszajelzést kapunk társas működésünk sajátosságairól
- A ló mellett elsajátíthatóak azok a készségek, amelyek a hatékony társas működéshez szükségesek
- Fontos szülői kompetenciák:
  - elfogadott iránymutató/vezető szerep,
  - következetesség,
  - határok kijelölésének képessége,
  - tiszta, egyértelmű kommunikáció,
  - törekvés a kölcsönösen jó helyzetekre,
  - jó időzítés a jutalmazás és a következmények során

LÓ=GYEREK

KAPCSOLAT
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

A tréning felépítése

- Keretek, kik, miért, hogyan
- **Elméleti blokk:**
- Kognitív viselkedésterápiás alapfogalmak, szemléleti keret
- Eszközök, technikák, amelyek jól használhatók a viselkedés terapeuták eszköztárából
  - A keretek fontossága
  - Jutalmazás szerepe, alternatívák a jutalmazásra
  - Következetesség
  - Időzítés
  - Pozitív szemüveg
  - Formálás
  - Negatív következmény
  - Szerződések, egyességek

KAPCSOLAT
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

A tréning felépítése 2.

- **Lovas helyzetek, gyakorlatok**
  - Ráhangolódás: hogyan működik a ló, a lóval való kommunikáció alapgyakorlatai
  - A ló mellett elfogadott vezetővé válás gyakorlatai
  - Munka a határokkal
  - Munka stressz alatt
  - Együttműködés a szülők, családtagok között – közös lónak túrós a háta?
- **Feldolgozás**
  - Munka a párhuzamokkal
  - Átültetés a mindennapokba
  - Terv készítése egy választott problémás viselkedés átformálásához

KAPCSOLAT
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

Ahogy a résztvevő szülők látták

- „Utólag is csak azt tudom mondani, hogy zseniális volt a hétvége, és azóta is minden nap használjuk az ott megszerzett tudást!”
- „Mintha töltőre tettem volna magam, hónapokig ebből éltem.”
- „A felejthetetlen élménynek köszönhetően jobban megmaradnak a felismerések és a tapasztalatok.”

KARC SE
LOVASTERÁPIA KÖZPONT

Köszönöm a figyelmet!

Következő szülői tréning: november 10.-11.

www.lovasterapia.com