



CASE STUDY 2

W jednym z miejskich ośrodków edukacji dorosłych w małym miasteczku na wschodzie kraju prowadzone były zajęcia dotyczące podnoszenia kompetencji interpersonalnych. Grupa składała się z 12 uczestników, a za prowadzenie zajęć odpowiedzialna była doświadczona Pani Anna, która miała na swoim koncie 15 lat prowadzenia analogicznych warsztatów o podobnym zakresie, z podobną grupą słuchaczy.

Podczas jednego ze spotkań, sytuacja niespodziewanie się skomplikowała. Jeden z uczestników, pan Ludwik, przyszedł na zajęcia w stanie nietrzeźwości. Było to dla wszystkich zaskoczenie i wywołało spore zaniepokojenie. Stres nie ominął nawet doświadczonej Pani Anny, która natychmiast poczuła odpowiedzialność za bezpieczeństwo grupy oraz konieczność odpowiedniego zareagowania na taką sytuację. Dany moment był trudny zarówno dla wszystkich słuchaczy jak i dla prowadzącej.

01

CASE STUDY 2

Pani Anna podjęła kilka skutecznych kroków w celu zminimalizowania stresu w grupie, szczególnie u Pani Katarzyny i Pana Ludwika:

- **Wyrażenie empatii i zrozumienia:** Pani Anna wykazała empatię i zrozumienie wobec Pani Katarzyny, która wyrażała wyraźny stres i traumę związaną z widokiem pana Ludwika w stanie nietrzeźwości. To pomogło Pani Katarzynie poczuć się lepiej w tej trudnej sytuacji. Poczła poszanowanie wobec jej uczuć oraz wsparcie ze strony edukatorki.
- **Dostosowanie tempa zajęć:** Pani Anna dostosowała tempo zajęć, pozwalając uczestnikom na przetrawienie trudnej sytuacji. Umożliwiła Pani Katarzynie i innym uczestnikom wyrażenie swoich uczuć i przemyśleń.
- **Wsparcie indywidualne:** Pani Anna zaproponowała panu Ludwikowi indywidualną rozmowę poza zajęciami, co mogło pomóc mu w zrozumieniu konsekwencji swojego zachowania i skłonić go do podjęcia kroków w celu rozwiązania problemu. Pierwsza rozmowa odbyła się po danych zajęciach, jednak kluczowa rozmowa nastąpiła po wyspaniu się Pana Ludwika i rozmowie w normalnym warunkach i trzeźwości.
- **Wsparcie grupowe:** Pani Anna zachęciła całą grupę do uczestnictwa w sesji wsparcia, gdzie uczestnicy mogli wzajemnie się wesprzeć i rozmawiać na temat wydarzeń. To pomogło uczestnikom zrozumieć swoje emocje i radzić sobie ze stresem.
- **Wyjaśnienie dalszego postępowania:** Pani Anna otwarcie omówiła dalsze postępowania i kroki instytucji w związku z sytuacją pana Ludwika, co mogło przynieść uczestnikom poczucie bezpieczeństwa i pewności, że instytucja odpowiednio zareaguje.

02

CASE STUDY 2

- **Wprowadzenie ćwiczeń relaksacyjnych:** Pani Anna wprowadziła ćwiczenia relaksacyjne podczas zajęć, co pomogło uczestnikom w redukcji stresu i napięcia oraz stworzyło spokojniejszą atmosferę.

Dodatkowo, istnieją inne możliwe rozwiązania, które Pani Anna mogłaby zastosować, takie jak:

- **Ewentualne przerwanie zajęć:** Pani Anna mogła podjąć decyzję o przerwaniu zajęć na krótki okres po incydencie z panem Ludwikiem, aby dać uczestnikom czas na uspokojenie się i odreagowanie po niespodziewanym zdarzeniu.
- **Organizacja indywidualnej rozmowy:** Pani Anna mogła zaproponować Pani Katarzynie indywidualną rozmowę poza zajęciami, aby zapewnić jej prywatną przestrzeń do wyrażenia swoich obaw i potrzeb.
- **Indywidualne wsparcie dla pana Ludwika:** Pani Anna mogła podjąć indywidualną rozmowę z panem Janem, aby zrozumieć przyczyny jego zachowania i zaproponować mu odpowiednie wsparcie w związku z jego problemem.

Podejście Pani Anny było oparte na empatii, zrozumieniu i budowaniu poczucia bezpieczeństwa w grupie. Jej działania miały na celu pomóc uczestnikom radzić sobie ze stresem i trudnymi emocjami w trudnej sytuacji.

CASE STUDY 2

Podsumowanie: sytuacje życiowe, ale też niespodziewane i trudne zdarzają się w różnych momentach, często tych niespodziewanych. Może to być warsztat dla dorosłych, ale może to być również inna aktywność edukacyjną, społeczną czy zawodową dorosłych. Ważne aby zachować racjonalizm i spokój w sytuacji. Należy pamiętać także o różnych doświadczeniach życiowych uczestników takiej sytuacji aby móc odpowiednio reagować i wspomóc osoby w trudnej sytuacji lub osoby, które mogą poczuć się zagrożone.