

Sociálno-psychologický výcvik (SPV):

- **Cieľom SPV** je nácvik a upevňovanie sociálne žiadúceho správania a rozvíjanie kooperatívneho správania, ktoré prebieha v pozitívnej a bezpečnej atmosfére pod vedením psychologičky zariadenia.
- Je založený na osobnej zážitkovej skúsenosti, je prepojený s teoretickými poznatkami.
- Umožňuje experimentovať so svojim správaním a tým pomáha zvyšovať sociálne kompetencie človeka.
- Odbúrava naučené vzorce správania, myslenia a emocionálneho prežívania, ktoré vyvolávajú stres.
- Predmetom SPV nie je terapia, ale vyjadrenie podpory, pochvaly, pozitívnych pocitov zo záujmu druhých ľudí.



SPV je zameraný na:

- Posilnenie vlastnej identity a hodnoty, spoznanie a primerané vyjadrenie svojich potrieb a pocitov.
- Pomenovanie a reguláciu emócií, pochopenie vlastných motívov správania a motívov správania druhých ľudí a ich akceptáciu.
- Zvyšovanie sebavedomia a sebaúcty u klientov.
- Zvyšovanie asertívneho správania, spoznávanie svojich ľudských práv, podporu sebarozhodovania sa a vyjadrenie svojich prání.
- Nácvik a upevňovanie sociálne žiadúceho správania, rozvíjanie kooperatívneho a zodpovedného správania, odvahu riešiť konflikty, spoznávanie manipulatívneho správania a nácvik reagovania naň.
- Hry a techniky na odbúranie psychického napätia, interaktívne hry.
- Priebeh SPV je prispôsobený jazyku a chápaniu klientov. Používajú sa metódy- výmena rolí, modelové situácie, diskusie, výtvarné vyjadrenie, bábkový divadlo, diskusie.