

Małe wielkie sukcesy

JEŚLI MYŚLĘ
O SOBIE, ŻE JESTEM
NIEWIELE WART,
TO TAK TEŻ SIĘ
ZACHOWUJĘ
I TAK ODBIERAJĄ
MNIE INNI.

Marta Witek

marta.witek@umtychy.pl

Uczestnicy kolejnej edycji projektu „Wszyscy Razem” w Tychach próbują zmienić swoje życie poprzez ciężką pracę nad sobą. Czy im się udaje?

Każdy uczestnik przychodzi na zajęcia z innym nastawieniem, każdy ma swoją historię i problemy. Trener Krzysztof Troczyński, który prowadzi treningi umiejętności społecznych stara się dowiedzieć, jakie są ich oczekiwania. Pracuje tak, by każdy uczestnik grupy wyniósł z zajęć jak najwięcej, by złożył sobie osobiste cele i je realizował. Pomaga w tym zarówno praca w grupie, jak i indywidualne spotkania z pracownikiem socjalnym. Cele mają być realne, a sukces, nawet najmniejszy, powinien cieszyć.

– Powiedziałam mojemu mężowi, że nie pasuje mi sposób, w jaki się do mnie odnosi. Zdziwił się. Teraz inaczej rozmawiamy. To mój ostatni sukces – śmieje się Sylwia. – A cele? Najbliższy to zorganizowanie komunii mojej córki. Chcę też iść na kurs komputerowy, znaleźć pracę...

– Też mi się marzy dobra praca. Ale nie na wózek widłowym, tylko taka, żeby cieszyła. Żeby mogła się w niej spełniać – dodaje Ela.

Uczymy samodzielności

W tegorocznej edycji programu Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej „Wszyscy Razem” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego bierze udział 95 osób. Program dociera też do rodzin i otoczenia uczestników. Wśród nich są bezrobotni i nieaktywni zawodowo, wychowankowie placówek opiekuńczo-wychowawczych oraz osoby niepełnosprawne. Projekt poszerzono też o Program Aktywności Lokalnej dla mieszkańców osiedla Osada w dzielnicy Czulów. Głównym celem „Wszyscy Razem” jest aktywizacja społeczna i zawodowa.



Uczestnicy programu pod okiem specjalistów uczą się jak zmienić nastawienie do życia i odnieść sukces.

– Motywujemy wszystkich beneficjentów projektu do samodzielności i przejęcia odpowiedzialności za własne życie i decyzje – mówi Marianna Feith, dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Tychach.

Paweł Kasprzyk, koordynator projektu dodaje, że bez zmiany sposobu myślenia o sobie nie da się zmienić swojej sytuacji życiowej.

– Świat ocenia nas za to jak się zachowujemy, a my zachowujemy się tak, jak sami o sobie myślimy. Jeśli myślę o sobie, że jestem niewiele wart, to tak też się zachowuję i tak odbierają mnie inni – podkreśla Kasprzyk.

Ciężka praca

To właśnie na zmianę sposobu myślenia o sobie i innych, jest położony nacisk. Stąd też kolejność, w jakiej prowadzone są zajęcia. Najpierw treningi umiejętności społecznych, w czasie których uczestnicy pracują w grupie nad podwyższeniem własnej samooceny.

– Siła grupy jest ogromna. Ludzie się otwierają, mówią o swoich uczuciach, zaczynają się starać. Wierzą, że mogą wiele zmienić – opowiada Krzysztof Troczyński.

Biorący udział w warsztatach są stałym kontaktem z pracownikiem socjalnym i doradcą zawodowym. Po zakończeniu cyklu treningów wszyscy uczestnicy projektu będą mogli skorzystać z kursów zawodowych, które podniosą ich atrakcyjność na rynku pracy.

Chętni biorą udział w pracach użytecznych społecznie, mogą też skorzystać z psychoterapii indywidual-

nej. Dodatkowo dwie osoby niepełnosprawne korzystają z pomocy asystentów społecznych, a mieszkańcy Osady w Czulowie mają do dyspozycji doradcę zawodowego, psychologa i prawnika. Dla nich będą prowadzone osobne warsztaty, zajęcia z fotografii czy kursu wizażu dla pań, wyjścia do kina i teatru.

– Młodzież z placówek opiekuńczo-wychowawczych weźmie udział w intensywnych treningach umiejętności społecznych z trenerem pracy oraz w kursach zawodowych. Już teraz kilku osobom płacimy za studia, opłacamy kursy językowe, kursy prawa jazdy – wylicza Marianna Feith.

Wielkie marzenia

Andrzej marzy o pracy. Po ciężkim wypadku, któremu uległ, nie może być me-

chanikiem. Wierzy, że dzięki projektowi mu się uda. Młodziutka i nieśmiała Ewa chce zorganizować przyjęcia okolicznościowe. Wykształcenie w branży gastronomicznej ma, teraz musi się dowiedzieć jak osiągnąć swój cel.

– Ważne jest, że na zajęciach dowiadujemy się, że inni też mają problemy i też są tu po to żeby sobie z nimi radzić. Otwieramy się tutaj, rozmawiamy, jest łatwiej – dodaje spokojnie Irena.

Edyta potwierdza. Jest dumna z tego, że dzięki treningom inaczej rozmawia z dziećmi i mężem. A swoje żale wylewa w grupie. Bo wszystkie treningi umiejętności społecznych prowadzone przez trenera Krzysztofa Troczyńskiego zaczynają się „sesją oczyszczającą”.

– Każdy mówi, z jakim nastawieniem przyszedł na zajęcia, jak się czuje, co go

W tym roku dzięki inicjatywie MOPS, PUP i Fundacji Internationaler Bund Polska – organizacji pozarządowej, powstało Centrum Integracji Społecznej. Do CIS w ramach projektu „Wszyscy Razem” kierowane są osoby szczególnie potrzebujące pomocy, z brakiem motywacji, wycofani społecznie, u których – jak mówi Marianna Feith – kumuluje się przez lata wiele negatywnych doświadczeń. Osoby te biorą m.in. udział w pracach społecznie użytecznych, w zamian za co otrzymują wynagrodzenie, opłaca się im składki ZUS, przywraca społeczeństwu.

boli. Dzięki temu uczestnicy treningu zostawiają problemy za drzwiami i mogą zająć się pracą nad sobą – mówi Krzysztof Troczyński.

Widać, że te kilka warsztatów dało już efekty. Są osoby, które potrzebują więcej czasu, ale zaczynają rozumieć, że mogą coś zmienić w swoim życiu.

– Zmiana osobista jest procesem. Efekty projektu nie będą widoczne od razu. Zasada jest taka: ile czasu człowiek pozostawał w pomocy społecznej, tyle sobie powinien dać czasu na wyjście z niej – podkreśla Paweł Kasprzyk.

Ważne, żeby uczestnicy wytrwali w swoich postanowieniach, dlatego pracownik socjalny będzie pracował z uczestnikami projektu również po jego zakończeniu.

TITO UCZY DZIECI

Rekiny sceny

Rafał „Tito” Kryla ma nadzieję, że całej setce starczy sił i zapału, by uczyć się tańca jak najdłużej.

– Jeśli część z nich zrezygnuje, to myślałem, żeby zorganizować po wakacjach dodatkowy nabór. Na razie widzę, że wszyscy chcą tańczyć, co mnie bardzo cieszy.

Najmłodsze dzieci biorą udział w zajęciach rytmiki, nieco starsze uczą się podstawowych kroków hip-hopu. Wśród młodzieży największą popularnością cieszą się natomiast zajęcia hip-hopu, jazzu i breakdance’a.

– Marzy mi się, że wyłomimy wśród kursantów, w tym i wśród podopiecznych MOPS takie sceniczne rekiny, które nie dość, że mają talent, słyszą muzykę i czują rytm, to jeszcze potrafią sprzedać się na scenie. Chcielibyśmy wraz z instruktorami przygotować ich do zawodów. Kto wie, może wyłuskamy jakieś talenty – zastanawia się „Tito”.



Zajęcia z udziałem Rafała „Tito” Kryli trwają od początku kwietnia.

Szkoła „Tito” działa od września, a podopieczni MOPS uczą się tańczyć od początku kwietnia, więc jeszcze za wcześnie by mówić o talentach. Ale już niedługo... Kto wie.

Wszyscy Razem

- Projekt „Wszyscy Razem” Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej dofinansowany jest przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.
- Tychy na realizację programu otrzymały ponad 600 tys. złotych.
- 70 tys. zł to wkład własny gminy.

„Wszyscy Razem” – Projekt Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Tychach współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY

