Trening umiejętności społecznych.

**Ilość godzin: 6h**

Osoby uczestniczące w szkoleniu nabędą umiejętności pomocne w kształtowaniu umiejętności społecznych, wspomaganiu rozwoju osobistego oraz rozwoju sfery emocjonalnej.

**Zakres szkolenia:**

1. Kształtowanie umiejętności społecznych:

* + zwiększenie możliwości poprawnego i twórczego porozumiewania się
	w różnych sytuacjach,
	+ współdziałania w grupie podczas zabawy i pracy,
	+ zdobycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych.

2. Wspomaganie rozwoju osobistego:

* + budowanie pozytywnego obrazu samego siebie,
	+ kształtowanie poczucia własnej wartości,
	+ wdrażanie do wyrażanie siebie w różnych formach działalności,
	+ rozbudzenie ciekawości aktywnością słowną

3. Wspomaganie rozwoju sfery emocjonalnej:

* zdobywanie umiejętności dostrzegania i wyrażania emocji swoich
i rówieśników,
* zdobywanie umiejętności zrównoważonego reagowania w sytuacjach trudnych,
* uczenie się sposoby odreagowywania napięć emocjonalnych.