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.