

# TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH

## **OBSZARY PRACY TERAPEUTYCZNEJ:**

- Umiejętności społeczne
- Umiejętności komunikowania się
- Emocje
- Mentalizacja
- Samoocena

## **Cele:**

- Rozwój społeczny – uczestniczenie w małej grupie społecznej, rozwijanie rozumienia różnych sytuacji społecznych i ćwiczenie zachowań asertywnych
- Rozwój umiejętności komunikowania się
- Rozwój emocjonalny w sytuacjach społecznych
- Umacnianie poczucia własnej wartości i kształtowanie adekwatnej samooceny

**Forma realizacji celów:** edukacja, ćwiczenia i zabawy, doświadczanie, bycie w sytuacji korygującej.

## **ADRESACI:**

Uczniowie klas I i II szkoły podstawowej.

## **Organizacja grupy:**

Grupa treningowa składa się z maksymalnie 8 osób. Grupa jest zamknięta – po rozpoczęciu treningu nie można do niej dołączyć kolejnych, nowych uczestników.

## **KRÓTKI OPIS PROGRAMU:**

**Forma pracy terapeutycznej:** Zajęcia grupowe (mała grupa)

Trening Umiejętności Społecznych to spotkania w małej grupie społecznej. Umożliwiają one uczestnikom, w bezpiecznych warunkach, nabywać deficytowe kompetencje potrzebne w relacjach społecznych oraz wzmacniać kompetencje, które dziecko już posiada. Trening składa się z części psychoedukacyjnej dotyczącej rozumienia i radzenia sobie z emocjami, rozumienia sytuacji społecznych i korzyści z wdrażania asertywnych zachowań. Kolejną ważną częścią zajęć są interakcje z rówieśnikami w czasie zorganizowanych i swobodnych ćwiczeń i zabaw, które są okazją do doskonalenia umiejętności społecznych i zdobywania większej świadomości emocjonalnej. Dzieci nabywają umiejętności społeczne poprzez doświadczanie, zabawę, możliwość dostrzeżenia szerszej perspektywy. Zajęcia prowadzone są przez wykwalifikowanych i doświadczonych psychologów.

**PROWADZĄCY:**

Psycholog Żaneta Rak, psycholog Barbara Bogacka

**INFORMACJE PRAKTYCZNE**

Planowany termin rozpoczęcia zajęć: 24.10.2022 r. Zajęcia będą odbywać się na terenie Poradni w poniedziałki w godzinach 15:15-16:30. Zaplanowano 12 spotkań.

Udział w zajęciach poprzedza diagnoza w PPP nr 19 lub konsultacja kwalifikacyjna rodzica i dziecka z osobą prowadzącą zajęcia. Na rozmowy kwalifikacyjne zapraszani są rodzice i dzieci zapisani na listę osób oczekujących na TUS.