

## **Zajęcia rozwijające relacje społeczne „KLUB DOBRYCH RELACJI”**

Zajęcia rozwijające umiejętności budowania relacji społecznych w bezpiecznych warunkach.

Są one przeznaczone dla uczniów klas V - VI, które:

- doświadczają wycofania w relacjach społecznych,
- są nieśmiałe,
- mają trudność z nawiązywaniem kontaktów,
- są odrzucane przez rówieśników.
- mają zdiagnozowany mutyzm wybiórczy lub lęki i fobie społeczne.

Zajęcia mają na celu:

- budowanie poczucia własnej wartości
- kształtowanie umiejętności rozpoznawania emocji swoich i innych oraz rozwijanie empatii
- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych i umiejętności współpracy
- lepsze aktywne rozwiązywanie problemów
- większa asertywność i budowanie odwagi społecznej
- redukcja lęku społecznego
- zmniejszanie przesadnej zależności od innych
- umiejętności związane ze skutecznością interpersonalną

Zajęcia odbywają się w grupach 8 -10 osobowych raz w tygodniu, w czwartki w godz. 15.30-17.00. od 01.10.2026 r. do końca semestru. Zapisy odbywają się przez rejestrację poradni.

Osoby prowadzące: Justyna Smorczewska, Aleksandra Puskiewicz