



## "TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH"

Pełnomocnika Burmistrza ds. Profilaktyki informuje, że w okresie od 03 listopada do 08 grudnia 2020 r. w ramach Centrum Wsparcia Rodziny w Barlinek będą prowadzone zajęcia dla dzieci w wieku 11 – 13 lat i 14 – 15 lat z obszaru treningu umiejętności społecznych.

Proponowane zajęcia mają na celu naukę społecznie pożądaných zachowań, współpracy w grupie, samokontroli, panowania nad własnymi emocjami, a także pracę nad rozwiązywaniem konfliktów oraz przestrzeganiem zasad. Podczas zajęć zostaną przepracowane występujące trudności poprzez różne formy ćwiczeń służących kształtowaniu umiejętności społecznych wraz z elementami technik relaksacyjnych.

### Tematyka zajęć:

1. Poznajemy się – budowanie klimatu bezpieczeństwa w grupie.
2. Rozpoznawanie i nazywanie emocji.
3. Uczymy się lepiej rozumieć siebie i innych.
4. Opanujemy i przezwyciężamy złość, dlaczego jesteśmy agresywni?
5. Eliminowanie zachowań agresywnych w grupie i poza nią.
6. Co znaczy być asertywnym?

Zajęcia będą się odbywać cyklicznie przez kolejne 6 tygodni się w cyklach spotkań trwających 90 min. Cele i program dostosowane są do potrzeb uczestników grupy i mogą ulegać modyfikacji.

### Harmonogram zajęć:

- a) spotkanie z rodzicami - **27.10.2020 r. godz. 15.15**
- b) spotkania z dziećmi:

spotkanie	data spotkania	dzieci w wieku	
		I grupa - 11 – 13 lat	II grupa - 14 – 15 lat
1.	03.11.2020 r.	15.00. – 16.30	16.30 – 18.00
2.	10.11.2020 r.	15.00. – 16.30	16.30 – 18.00
3.	17.11.2020 r.	15.00. – 16.30	16.30 – 18.00
4.	24.11.2020 r.	15.00. – 16.30	16.30 – 18.00
5.	01.12.2020 r.	15.00. – 16.30	16.30 – 18.00
6.	08.12.2020 r.	15.00. – 16.30	16.30 – 18.00

**Miejsce prowadzonych zajęć – Centrum Wsparcia Rodziny  
ul. Jeziorna 8, 74-320 Barlinek  
piętro II - pokój nr 22**