

WWW.STOWARZYSZENIEINTEGRACJA.EU

WWW.KAPITALNAAKADEMIA.PL



**CENTRUM WSPARCIA
I ROZWOJU MŁODZIEŻY**

**AL. JANA PAWŁA II 2A (1 PIĘTRO)
37-450 STAŁOWA WOLA
TEL.: 696 722 186**

**RODZICU!
RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ!**

TUS TRENING
UMIEJĘTNOŚCI
SPOŁECZNYCH
DLA NASTOLATKÓW

PRZECZYTAJ OPIS OFERTY ►

TUS

GRUPOWY TRENING
UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH

DROGI RODZICU!

JEŚLI TWOJE NASTOLETNI DZIECKO:

- ma trudności z adaptacją do nowych sytuacji oraz z przestrzeganiem norm i zasad społecznych
- ma problem w inicjowaniu i utrzymywaniu relacji rówieśniczych
- nie radzi sobie w sytuacjach stresowych
- ma trudności w regulowaniu emocji (np. lęku, złości)
- jest wycofane
- nieśmiałe
- nadpobudliwe

SKORZYSTAJ Z NASZEJ OFERTY!

Celem TUS jest rozwijanie kompetencji społecznych u dzieci i młodzieży poprzez udział w zajęciach grupowych.

Trening umiejętności społecznych uważany jest za jedną z najskuteczniejszych metod wspierających rozwój oraz łagodzących lub zapobiegających problemom emocjonalnym.

Pomaga także w radzeniu sobie z trudnościami w zachowaniach występujących u dzieci i młodzieży.

TUS dla NASTOLATKÓW

to szereg korzyści i pomoc w:

- nawiązywaniu relacji rówieśniczych i współpracy w grupie
- panowaniu nad emocjami i wyrażaniu ich w sposób akceptowalny społecznie
- rozwoju empatii i rozumieniu emocji u innych
- radzeniu sobie ze stresem
- ćwiczeniu zachowań i postaw asertywnych
- wyrażaniu siebie i własnego zdania
- budowaniu poczucia własnej wartości i pewności siebie
- skutecznej komunikacji werbalnej i niewerbalnej
- rozwiązywaniu konfliktów w sposób konstruktywny

DLA KOGO?

MŁODZIEŻ W WIEKU 12-18 LAT
(Z PODZIAŁEM NA GRUPY WIEKOWE, MAX 8 OSÓB)

GDZIE?

Centrum Wsparcia i Rozwoju Młodzieży

ul. Aleje Jana Pawła II 2A (1 piętro)
37-450 Stalowa Wola
tel.: 696 722 186

Szczegóły dotyczące zapisów oraz więcej informacji na stronie

WWW.KAPITALNAAKADEMIA.PL