

TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH: WPROWADZENIE DO ROZWIJANIA KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

Grupa docelowa

Pracownicy placówek edukacyjno-terapeutycznych i opiekuńczo-zdrowotnych pracujących z dziećmi wymagającymi specjalistycznego wsparcia rozwojowego i rehabilitacyjnego.

Termin szkolenia

Lipiec – listopad 2026

Dokładny termin do ustalenia po zebraniu się grupy szkoleniowej (minimum 5 osób)

Miejsce szkolenia

Do ustalenia

Cena za osobę

2800,00 zł za osobę (netto) / 16h dydaktycznych

Sposób przygotowania uczestników

Udział w kursie nie wymaga od uczestników wcześniejszego przygotowania.

Materiały szkoleniowe zostaną zapewnione uczestnikom.

Informacja o prowadzącym

Osoby posiadające doświadczenie i niezbędną wiedzę w zakresie prowadzenia treningu umiejętności społecznych, pedagodzy, psychologowie.

TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH: WPROWADZENIE DO ROZWIJANIA KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

Program szkolenia i przewidziana liczba godzin

Liczba godzin: 16 dydaktycznych

Moduł 1: Emocje i podstawy funkcjonowania społecznego dziecka

- czym są emocje i jak je rozpoznawać (na przykładach z życia dziecka)
- nazywanie emocji: radość, smutek, złość, strach
- związek emocji z zachowaniem
- podstawowe umiejętności społeczne: dzielenie się, czekanie na swoją kolej, proszenie o pomoc
- ćwiczenia: karty emocji, scenki, rozmowa kierowana

Moduł 2: Komunikacja i empatia w relacjach rówieśniczych

- czym jest komunikacja i jak dzieci się porozumiewają
- komunikacja werbalna i niewerbalna
- aktywne słuchanie
- rozwijanie empatii – rozumienie emocji innych
- reagowanie na potrzeby kolegów i koleżanek
- ćwiczenia: zabawy w parach, odgrywanie scenek, „co ktoś może czuć?”

Moduł 3: Asertywność i wyrażanie siebie

- różnice między zachowaniem uległym, agresywnym i asertywnym
- wyrażanie swoich potrzeb i emocji w bezpieczny sposób
- komunikaty „ja” dostosowane do dzieci
- nauka odmawiania i stawiania granic
- ćwiczenia: scenki sytuacyjne z życia dzieci (np. presja rówieśnicza, zabieranie rzeczy)

Moduł 4: Rozwiązywanie konfliktów i współpraca w grupie

- czym jest konflikt i dlaczego się pojawia
- sposoby rozwiązywania konfliktów (rozmowa, kompromis, pomoc dorosłego)
- zasady współpracy w grupie
- role w zespole i wspólne osiągnięcie celu
- ćwiczenia: zadania zespołowe, gry integracyjne, scenki konfliktowe

Moduł 5: Radzenie sobie z trudnymi emocjami i podsumowanie

- radzenie sobie ze złością, stresem i frustracją
- proste techniki regulacji emocji (oddech, przerwa, wyciszenie)
- jak zachować się w trudnych sytuacjach społecznych
- podsumowanie zdobytych umiejętności
- stworzenie prostego planu „co będę ćwiczyć na co dzień”
- ćwiczenia: relaksacja, rozmowa podsumowująca, praca plastyczna



TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH: WPROWADZENIE DO ROZWIJANIA KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

Cele szkolenia

Celem szkolenia jest rozwijanie kompetencji społecznych uczestników poprzez naukę skutecznej komunikacji, radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, współpracy w grupie oraz empatii. Szkolenie daje możliwość praktycznego ćwiczenia zachowań społecznych, które wspierają budowanie pozytywnych relacji oraz pewności siebie w kontaktach z innymi. Uczestnicy zdobywają narzędzia do samodzielnego rozwijania i wzmacniania własnych umiejętności społecznych oraz wspierania ich rozwoju u dzieci.

Efekty kształcenia:

- Rozróżnia prawidłowe i nieprawidłowe przykłady komunikacji werbalnej i niewerbalnej
- Definiuje pojęcie asertywności i odróżnia je od agresji i uległości
- Charakteryzuje różne strategie rozwiązywania konfliktów
- Opisuje etapy skutecznej współpracy w grupie
- Wyjaśnia znaczenie empatii w relacjach interpersonalnych
- Dobiera odpowiednie techniki aktywnego słuchania w podanych scenariuszach
- Ocenia przykłady zachowań jako empatyczne lub nieempatyczne
- Rozróżnia role i zadania w grupie na podstawie podanych opisów
- Planuje działania wspierające rozwój kompetencji społecznych

