

Zajęcia terapeutyczne

Trening Umiejętności Społecznych (TUS)



Prowadzące:

mgr Agnieszka Herczakowska – Kołodziej - psycholog, trener TUS

mgr Katarzyna Muzykant – oligofrenopedagog, trener TUS

TUS – Trening Umiejętności Społecznych

Jest to grupowa forma pracy z dziećmi, które doświadczają trudności w funkcjonowaniu społecznym.

Podczas zajęć uczestnicy uczą się umiejętności społecznych niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu. TUS jest programem do celowego i zaplanowanego uczenia umiejętności, a dzięki pracy w małej grupie można przećwiczyć i utrwalić nowe umiejętności w bezpiecznym środowisku.

Przykładowe bloki tematyczne realizowane na zajęciach:

- ❖ Nawiązywanie relacji z nową osobą (rówieśnikiem)
- ❖ Uświadamianie sobie swoich mocnych stron
- ❖ Emocje i strategie radzenia sobie z emocjami
- ❖ Komunikacja werbalna i niewerbalna
- ❖ Trudne sytuacje w przedszkolu
- ❖ Konstruktywne reagowanie na „zaczepki”
- ❖ Moje mocne strony
- ❖ Dziecko jako członek grupy rówieśniczej itp.

Bloki tematyczne mogą ulec modyfikacji, w zależności od aktualnych potrzeb członków grupy. Zmiany wprowadzane są w reakcji na sytuacje trudne oraz postępy czynione przez grupę.

Forma organizacyjna: Zajęcia grupowe (grupa 4-5 osób)

Okres realizacji zajęć: rok szkolny 2019/2020

Częstotliwość spotkań: 1 raz w tygodniu

Uczestnicy: Dzieci z trudnościami w nawiązywaniu i podtrzymywaniu relacji społecznych, funkcjonowaniem w grupie, trudnościami emocjonalnymi

Główne cele zajęć:

- budowanie pozytywnego obrazu siebie
- rozwijanie umiejętności stosowania zwrotów grzecznościowych
- wzmacnianie wiary we własne siły
- budowanie poczucia bezpieczeństwa w grupie
- nauka rozpoznawania własnych emocji, rozumienia ich, kontrolowania, poznanie adekwatnych sposobów ich wyrażania
- nauka rozpoznawania stanów emocjonalnych innych osób i reagowania na nie
- kształtowanie umiejętności współpracy w grupie
- zdobycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych
- rozwijanie umiejętności rozpoczynania, kontynuowania i kończenia rozmowy

Agnieszka Herczakowska – Kołodziej

Katarzyna Muzykant