

"A, B, C... WRAŻLIWOŚCI"



Osoba odpowiedzialna: Joanna Szewczyk

Instytucja współuczestnicząca: Wyższa Szkoła Ekonomii i Innowacji – dr Monika Baryła- Matejczuk

Program profilaktyczny wspierający w rozwoju dzieci wysoko wrażliwe w młodszym wieku szkolnym.

Cele główne programu to:

- Budowanie i wzmacnianie samooceny
- Rozwijanie umiejętności samoregulacji
- Budowanie odporności psychicznej poprzez rozwijanie uważności (koncentrowanie uwagi na wewnętrznych i zewnętrznych bodźcach występujących w danej chwili)
- Radzenie sobie z silnymi emocjami (w tym z lękiem i poczuciem wstydu)
- Rozwijanie umiejętności rozmawiania na tematy wrażliwości (o cechach temperamentu)
- Funkcjonowanie w grupie, budowanie i ochrona granic osobistych.

Program składa się z 12 scenariuszy przeznaczonych do realizacji serii zajęć szkolnych (jeden na tydzień), każde zajęcia przewidziane zostały na 45minut. W realizacji programu obowiązuje utrzymanie wskazanej kolejności zajęć. Kolejność scenariuszy pozwala na stopniowe poszerzanie wiedzy i ćwiczenie nowych umiejętności w oparciu o to, co już dziecku znane.

Dodana: 25 styczeń 2023 21:36 Zmodyfikowana: 16 styczeń 2024 21:38