

# Aktualności

18.09.2023 18:40

Dzisiaj, uczniowie klas 5-7 mieli okazję uczestniczyć w arcyciekawych warsztatach pt. Emocje na Start. Ten autorski program pana Grzegorza Tokarczyka z Pracowni Profilaktyki Gaudium skupiony wokół tematów komunikacji i zaufania, stanowi pomoc dla uczniów w rozwiązywaniu problemów związanych z relacjami.

W trakcie zajęć uczniowie uczyli się budować pozytywny stosunek do siebie i innych, tworzenie klimatu przyzwolenia do przeżywania uczuć oraz werbalizację stanów emocjonalnych, zaakcentowanie wpływu uczuć na zachowanie, budowanie postawy otwartości, obniżenie lęku przed mówieniem o sobie, nauka właściwego zachowania w sytuacjach przeżywania trudnych emocji, nauka radzenia sobie ze stresem i umiejętność budowania zaufania, nauka współpracy.

Nasi uczniowie byli niezwykle zadowoleni z dzisiejszego spotkania i bardzo chętnie uczestniczyli w proponowanych przez pana psychologa formach warsztatowych.

[Galeria](#)

PSG