

Na naszych zajęciach uczymy się jak lepiej rozumieć się ze światem, jak rozpoznawać i odreagowywać napięcia emocjonalne.

Rozwijamy wrażliwość na uczucia i potrzeby innych ludzi. Ważnym celem, nad którym pracujemy jest też budowanie pozytywnego obrazu siebie przez każdego z uczestników, trening utrzymywania granic swoich i szanowania granic innych ludzi.

Każdorazowo poznajemy tajniki funkcjonowania w grupie, skutecznego wyrażania emocji i właściwego pełnienia ról społecznych. Trenujemy właściwą komunikację i uczymy się prawidłowego rozwiązywania konfliktów w relacjach interpersonalnych. Stajemy się najlepszą wersją siebie!

**Zajęcia odbywają się w ramach projektu „Nowa Edukacja w gminie Wisznia Mała”.**

**Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus (Unia Europejska) i budżetu państwa, w ramach programu Fundusze Europejskie Dolnego Śląska 2021-2027.**