



ul. E. Lokajskiego 3, 02-793 Warszawa  
tel.: 513 905 022/ 513 906 360  
e-mail: ppp19@edu.um.warszawa.pl  
www: ppp19.ursynow.warszawa.pl

*Szanowni Rodzice,*

Zapraszamy na **zajęcia wspomagające rozwój społeczno-emocjonalny dla dzieci nieśmiałych**, które rozpoczynają się od kwietnia 2022. Zajęcia będą prowadzone w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 19 ul. Lokajskiego 3 w Warszawie w poniedziałki, godzina 14:00-15:00.

Nieśmiałość jest zjawiskiem złożonym i obejmuje specyficzne zakłócenia funkcjonowania w sferze postrzegania nie tylko samego siebie, ale i sytuacji, w jakich uczestniczymy. Często nieśmiałość stwarza problemy natury towarzyskiej. Osoby nieśmiałe mają skłonność do izolacji, a ich zaniżona samoocena powoduje brak wiary we własne możliwości i siły do podejmowania zadań. Propozycja zajęć jest zatem pierwszym krokiem do podjęcia próby przezwyciężania swojej nieśmiałości.

#### **Nabór**

Wiek dzieci : 5-6 lat

Płeć – dziewczynki i chłopcy

Liczba osób w grupie – 6

Liczba spotkań – 10

Czas trwania poszczególnych zajęć – 1 godzina

Zakończenie zajęć: Każdy z Państwa będzie miał możliwość spotkania indywidualnego po zakończeniu zajęć w terminie ustalonym wcześniej z osobami prowadzącymi.

#### **CELE ZAJĘĆ** wspomagających rozwój społeczno-emocjonalny

- Samopoznanie (w sferze osobowościowej i emocjonalnej);
- Budowanie pozytywnego obrazu siebie oraz wzmocnienie wiary we własne siły;
- Przeciwdziałanie skłonności do izolacji;
- Ograniczenie lęków związanych z kontaktami społecznymi;
- Kształtowanie umiejętności nawiązywania prawidłowych kontaktów społecznych;
- Aktywizacja społeczna;
- Kształtowanie wytrwałego dążenia do celu, umiejętności przezwyciężania trudności;
- Nauka otwartości na innych i spontanicznych zachowań;
- Pobudzenie do większej aktywności ruchowej;
- Kształtowanie umiejętności wyrażania własnych potrzeb;
- Nauka otwartego wyrażania własnych przeżyć i uczuć, rozwój ekspresji emocji;
- Kształtowanie zachowań empatycznych;
- Rozwój wyobraźni i postawy twórczej.

## **METODY I SPOSOBY REALIZACJI**

Zajęcia polegają na tworzeniu sytuacji uczących, które jednocześnie pełnią funkcję korygującą w stosunku do zachowań dziecka nieśmiałego.

**W celu zapisu na zajęcia prosimy o kontakt drogą e-mailową:**  
**ppp19@edu.um.warszawa.pl.**

Prowadzące: Żaneta Rak, Ewa Godlewska- Sikora.