

Wyjazdowy trening kompetencji społecznych w Napoleonowie

W dniach 22-24 sierpnia 2017r. odbył się wyjazdowy trening kompetencji społecznych w Napoleonowie zorganizowany dla uczestników Projektu "KIS Radomsko - W kierunku zmiany". Projekt jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020. W treningu kompetencji społecznych uczestniczyły 23 osoby, kolejna druga grupa uczestników wyjedzie do Napoleonowa we wrześniu. W ramach zajęć uczestnicy przeszli trening komunikacyjny i nabyli umiejętności autoprezentacji, budowania pozytywnych relacji i współpracy w zespole oraz komunikowania własnych potrzeb i prezentowania postawy asertywnej.

Trening motywacyjny obejmował umiejętności w zakresie poczucia własnej wartości, konstruowania celów życiowych i pobudzania własnej gotowości do zmiany. Dodatkowo trening pobudzający samoświadomość miał na celu wyposażenie uczestników w umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz budowania świadomości własnych mocnych/słabych stron, zainteresowań, systemu wartości i zasobów. W czasie wolnym od zajęć uczestnicy w miłej atmosferze spędzili chwile na łonie natury w kontakcie z przyrodą. Dla umilenia pobytu właściciele gospodarstwa zorganizowali przejażdżki bryczką oraz ognisko z pieczeniem kiełbasek. Wyjazdowa forma treningu kompetencji społecznych poprzez oderwanie się od codziennych trudnych warunków życia miała zapewnić większą koncentrację i zaabsorbowanie tematyką warsztatów oraz sprzyjać relizacji poszczególnych ich punktów tj. nawiązywani kontaktów, komunikacji i współpracy w grupie.