

## TRENING KOMPETENCJI I UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH ZAKOŃCZONY



Z dniem 23.07.2012r. uczestnicy projektu „Aktywizacja społeczno – zawodowa osób korzystających z pomocy społecznej z terenu miasta i gminy Połaniec ” zakończyli zajęcia w ramach: **„Treningu kompetencji i umiejętności społecznych”** prowadzonych przez psychologa. Zajęcia te miały na celu wsparcie w rozwiązywaniu

problemów psychologicznych, dotyczących szeroko rozumianej sytuacji życiowej i aktywności zawodowej oraz pomoc w nabyciu umiejętności psychologicznych oraz wzmocnieniu aktywności społecznej, a także określenie aktualnych potrzeb edukacyjnych beneficjentów. Zajęcia odbyły się w wymiarze 42 godzin lekcyjnych zajęć grupowych z uwzględnieniem tematyki w zakresie integracji i funkcjonowania w grupie, pracy w zespole, budowania poczucia własnej wartości, identyfikacji mocnych i słabych stron osobowości, rozpoznania i analizy własnej wiedzy, umiejętności, zainteresowań, cech osobowości. Uczestnicy projektu dowiedzieli się jak skutecznie należy motywować siebie do działania, realizować zamierzone cele, być asertywnym i radzić sobie ze stresem. W ramach treningu każda z osób skorzystała z 1 godziny lekcyjnej indywidualnych konsultacji w zakresie podniesienia kompetencji i umiejętności społecznych umożliwiających pomoc w powrocie do życia społecznego i na rynek pracy.

