

JAK POMÓC DZIECIOM W ŚWIADOMYM PRZEŻYWANIU EMOCJI
I BUDOWANIU ZDROWYCH RELACJI ?



Akademia Mocy

→ ogólnopolski program psychoedukacyjny
wspomagający rozwój emocjonalny i społeczny
dzieci w wieku 7–10 lat





Akademia Mocy dla Dzieci

Co to jest?



warsztaty psychoedukacyjne dla dzieci realizowane metodami aktywnymi.

Dwa cykle zajęć:
MOC EMOCJI i MOC RELACJI
Każdy cykl zawiera 10 spotkań po 2-godziny lekcyjne.

OPRAC: KATARZYNA KOMOSZEWSKA

Dla kogo?



program skierowany jest do dzieci w wieku 7-10 lat,
praca odbywa się w małych grupach, do 10 osób

Po co?

celem programu jest rozwój świadomości emocjonalnej:
m.in. umiejętności przeżywania i wyrażania emocji, radzenia sobie w trudnych sytuacjach
oraz rozwój umiejętności społecznych:
m.in. budowania zdrowych relacji, empatii, stawiania granic.

Akademia Mocy dla Dzieci

to warsztaty pełne radości, spontanicznej zabawy i wartościowych treści



Pomagamy lepiej radzić sobie z emocjami

Dzieci zwiększają świadomość tego, co się z nimi dzieje w trudnych sytuacjach. Uczą się to zauważać, akceptować, nazywać i coraz lepiej rozumieć. Ćwiczą konkretne sposoby obniżania napięcia i radzenia sobie z trudnymi emocjami i reakcjami.

Rozwijamy kreatywność

Zajęcia są pełne ruchu i swobodnej, dziecięcej ekspresji. Wykorzystujemy m.in: techniki dramowe, sceny, dialogi, tworzymy plakaty, dyskutujemy, szukamy rozwiązań, odkrywamy to, co dla dzieci ważne.

OPRAC: KATARZYNA KOMOSZEWSKA

Budujemy pewność siebie i poczucie własnej wartości.

Wspieramy dzieci w odkrywaniu i akceptacji tego, kim są. Wspieramy budowanie zdrowej samooceny ze świadomością swojej odmienności, talentów i mocnych stron.



Rozwijamy umiejętność pracy w grupie

Ćwiczenia i przebieg zajęć pomagają dostrzegać korzyści ze współpracy. Dzieci rozwijają empatię, wrażliwość na potrzeby innych i umiejętność znajdowania rozwiązań korzystnych dla wszystkich.

Zapewniamy wsparcie rodzicom

Rodzice otrzymują regularną, szczegółową informację o najważniejszych aktywnościach dzieci, porcję wiedzy na temat poruszony na zajęciach, propozycje zabaw w domu, które rozwijają konkretne umiejętności. Mają możliwość indywidualnego kontaktu z prowadzącym.

Akademia Mocy dla Profesjonalistów

Program Akademia Mocy dla Dzieci powstał w 2013 roku.

Od 2017 roku prowadzimy szkolenia dla specjalistów: psychologów i pedagogów, którzy chcą pracować tą metodą z dziećmi.

Regularnie wzrasta liczba miast i ośrodków, w których prowadzone są zajęcia Akademia Mocy dla Dzieci.

Metoda Akademia Mocy jest oparta o filozofię dialogu i budowania relacji, zawartą w programie Szkoła dla Rodziców i Wychowawców Joanny Sakowskiej.

Na szkolenia dla specjalistów, którzy chcą realizować program Akademia Mocy, zapraszamy wyłącznie realizatorów Szkoły dla Rodziców i Wychowawców.



Akademia Mocy

gdzie szukać informacji

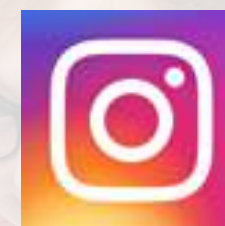


OPRAC: KATARZYNA KOMOSZEWSKA



FACEBOOK

FB.com/akademiamocypl



INSTAGRAM

IG.com/kasia.komoszevska



www.akademiamocy.pl



www.szkoladlarodzicow.eu



bezpośredni kontakt z autorką programu:

coach@kasiakomoszevska.com

tel. 501 359 800