
Atelier Gestionare Emoții și Stres

I.D.: 62131674

Data
publicarii

20.10.21

Coduri CPV

80500000-9

Pretul
estimativ:

46.200,00 RON - 46.200,00 RON

Descriere: Cursanții vor dobândi noțiunile teoretice ale acestui curs dar pentru a amplifica efectul, vor parcurge diverse chestionare și exerciții. De asemenea, prezentările vor fi interactive pentru a nu plictisi. Pentru fiecare capitol din tematică beneficiarii se vor opri la final și vor fi implicați într-un exercițiu, pentru a înțelege practic despre ce este vorba și cum se aplică ceea ce au descoperit la atelier. Dat fiind faptul că ne adresăm copiilor și tinerilor cu nevoi speciale, dacă va fi necesar, se va adapta conținutul tematic în funcție de nivelul lor de înțelegere. Se vor oferi de asemenea exemple multiple despre analiza ABC-ului emoțiilor și ABC-ul furiei, după care cursanții își vor autonanaliza ei aceste sentimente pentru a asimila cât mai multe cunoștințe despre aceste concepte. Toate aceste activități interactive, se vor petrece alături de un trainer plăcut, într-un cadru relaxant pentru beneficiari. Proiect Emoticonul Confuz - finanțat de Centrul Cultural Ștefan Iordache
