



тел: 0899920792
e-mail: info@razviise.bg
„Развий се“ ЕООД

Работилница за развиване на социално – емоционални умения

Работилницата включва занятия в рамките на 2 учебни часа един път седмично, разделени в няколко модула.

1. Модул – Емоционални умения:

1. Какво са това емоции – как да ги познаваме и разбираме
2. Справяне със страха
3. Справяне с гнева
4. Справяне с тъгата
5. Как да задържим по дълго радостта
6. Изненадата
7. Справяне с отвращението
8. Любов
9. Справяне с конфликтите
10. Емпатия – умението да осъзнаваме емоциите си
11. Емоционална осъзнатост

2. Модул – Социални умения:

1. Как да се представяме по най-добрия начин в нова среда
2. Как да изградим личния си брандинг
3. Управление на взаимоотношенията
4. Ефективно общуване
5. Управление на конфликти
6. Преговори
7. Презентационни умения
8. Работа в екип
9. Приемането на различна гледната точка
10. Позитивно отношение



тел: 0899920792
e-mail: info@razviise.bg
„Развий се“ ЕООД

3. Модул – Увереност и личностно развитие:

1. Кои са моите силни страни и как да развивам?
2. Мисловни модели и нагласи
3. Ценности
4. Целеполагане
5. Управление на времето и лична организираност
6. Моите положителни утвърждения
7. Креативност
8. Умения за вземане на решения
9. Работа под стрес и напрежение

Ще се радваме да се развиваме с вашите деца!

