

## **Rozpoczynamy nabór na kolejną edycję „Treningu Umiejętności Społecznych” - (TUS) dla mieszkańców Miasta Skierniewice**

### **Co to jest?**

Trening Umiejętności Społecznych to zajęcia grupowe, skierowane do dzieci i młodzieży, mające na celu kształtowanie rozwoju społeczno – emocjonalnego. Zajęcia prowadzone są przez dwóch terapeutów: psychologa i pedagoga, mają formę zajęć warsztatowych. TUS obejmuje 10 spotkań w wyznaczonym dniu w tygodniu i trwają 60 minut. Przygotowywane są dla konkretnej grupy dzieci/młodzieży, dostosowane do ich wieku, indywidualnych trudności i potrzeb. Podczas zajęć dzieci i młodzież pracują m.in. nad: samopoznaniem i samoświadomością emocji i uczuć, samokontrolą emocjonalną, uważnością, asertywnością i komunikacją, współpracą i empatią.

Trening Umiejętności Społecznych rozpoczyna konsultacja – indywidualne spotkanie psychologa/terapeuty z rodzicem/opiekunem. Zajęcia będą odbywały się w Centrum Kultury i Sztuki i zakończą się krótką informacją zwrotną dla rodziców/opiekunów.

### **Dla kogo ?**

Zajęcia dedykowane są m.in. dzieciom/młodzieży:

- od 6 do 18 roku życia;
- mającym trudności w zakresie rozumienia emocji oraz radzenia sobie z nimi;
- mającym niską samoocenę i poczucie własnej wartości;
- mającym trudności w kontaktach społecznych;
- ujawniającym nasilone cechy niepokoju i lęku;
- mającym trudności adaptacyjne.

### **Jak się zapisać?**

Żeby zgłosić chęć udziału dziecka w kwalifikacji, należy wypełnić:

- zał. nr 1- Formularz zgłoszeniowy
- zał. nr 2- Deklarację uczestnictwa w zajęciach

(formularz oraz deklaracja dostępne są na stronie :

<https://www.skierniewice.eu/aktualnosci/miasto/strefy-swiadomych-emocji/rekrutacja-na-nowa-edycje-treningu-umiejtnosci-spolecznych-tus-dla-mieszkanow-skierniewic,21.html> )

**BARDZO PROSIMY O KOMPLETNE I DOKŁADNE WYPEŁNIENIE ZAŁĄCZNIKÓW – TYLKO TAKIE BĘDĄ ROZPATRYWANE !**

Kompletne dokumenty należy przesłać na adres e-mail: [a.gruczalska@um.skierniewice.pl](mailto:a.gruczalska@um.skierniewice.pl)

**UWAGA !!! Na formularze zgłoszeniowe czekamy od 15 stycznia do 5 lutego 2025 roku.**

O przystąpieniu do grupy decyduje kwalifikacja, która dokonywana jest przez terapeutę prowadzącego zajęcia. Weryfikacja zgłoszeń odbędzie się do 10.02.2025 r. (brak informacji zwrotnej jest jednoznaczne z **nie zakwalifikowaniem się** dziecka na zajęcia).

### **Od kiedy zajęcia ?**

Zajęcia dzieci/młodzieży zakwalifikowanych będą odbywały się **od 5 marca do 28 maja 2025 r.** w CKiS w każdą środę w godz. 16:00-19:30 ( godzina uzależniona od zakwalifikowania się dziecka do grupy).