



**Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna  
w Białej Podlaskiej**  
**ul. Waryńskiego 3, 21-500 Biała Podlaska**  
**Tel.(83) 341-64-36, (83)341-64-37**  
**e-mail: [pppbp@op.pl](mailto:pppbp@op.pl)**  
**strona internetowa: [www.pppbialapodlaska.pl](http://www.pppbialapodlaska.pl)**

### **PROGRAM ZAJĘĆ „W krainie emocji”**



**Zajęcia przeznaczone dla** dzieci 5 i 6-letnich oraz uczniów klas I-III szkoły podstawowej wykazujących trudności w zakresie funkcjonowania emocjonalnego lub społeczno-emocjonalnego (np. mających trudności w nawiązywaniu właściwych relacji rówieśniczych, wyrażaniu emocji, o obniżonym poziomie empatii i poczuciem własnej wartości). Charakter zajęć- grupowe i /lub indywidualne (według potrzeb) **Czas trwania:** 10-12 spotkań

**Założenia programu:** rozwijanie inteligencji emocjonalnej dzieci. Inteligencja emocjonalna jest rozumiana jako zdolność rozpoznawania przez nas naszych własnych uczuć i uczuć innych, zdolność motywowania się i kierowania emocjami zarówno naszymi własnymi, jak i osób, z którymi łączą nas jakieś więzi”. Na inteligencję emocjonalną składają się zarówno umiejętności emocjonalne, jak zdolności społeczne. D. Goleman wyróżnia następujące elementy inteligencji emocjonalnej: samoświadomość, samokontrolę, motywację rozumianą jako kierowanie się własnymi preferencjami w wyznaczaniu celów i wytrwałe dążenie do nich, empatię oraz umiejętności społeczne. W ramach umiejętności społecznych wyróżnione zostają: dobre panowanie nad emocjami w relacjach z innymi, a także zdolność podtrzymywania relacji i rozwiązywania sytuacji problemowych. **cele ogólne zajęć:** stymulowanie rozwoju emocjonalno-społecznego, rozwijanie poczucia własnej wartości oraz empatii u dzieci, kształtowanie osobowości dziecka.

**Zajęcia dla dzieci prowadzi:** mgr Sylwia Łukijaniuk – psycholog