2012-10-16 11:20:34

Zajęcia warsztatowe dla uczestników projektu

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Górze realizując projekt systemowy Mit a prawda- łamiemy bariery i stereotypy zorganizowało uczestnikom projektu kolejne zajęcia warsztatowe- tym razem wyjazdowe, które odbyły się w dniach 8-9 X br. w sali konferencyjnej hotelu Las w Piechowicach. Zajęcia pt.: Rozwój osobisty w podnoszeniu kompetencji życiowych i kształtowaniu kompetencji społecznych prowadziła Joanna Motylska- Komsta trener- wykładowca z Fundacji Rozwoju Demokracji Lokalnej z Wrocławia, z którą PCPR od lat współpracuje. Należy zaznaczyć, iż jest to bardzo owocna współpraca.

Podczas zajęć uczestnicy zapoznali się z takimi zagadnieniami jak:

- budowanie motywacji i wzmacnianie poczucia własnej wartości,
- samopoznanie- pogłębianie samowiedzy i poznanie niezbędnych zasobów,
- moje możliwości wobec społeczności lokalnej,
- budowanie kompetencji komunikacyjnych,
- skuteczne style i procedury komunikacji z innymi- asertywność,
- reagowanie na pochwały i krytykę,
- planowanie własnego rozwoju osobistego,
- radzenie sobie ze stresem.

Poprzez aktywny udział w zajęciach uczestnicy uczyli się kontrolować nadmierne reakcje emocjonalne na słowa i poglądy innych, a także odnajdywać w sobie pozytywne cechy, których na co dzień nie dostrzegamy.

Warsztaty odbywały się w formie wyjazdowej co stanowiło dodatkowy akcent edukacyjno- poznawczy.

Wspólna wycieczka do Karkonoskiego Parku Narodowego okazała się skuteczną metodą integracji. Trener podczas zajęć przedstawiła uczestnikom sposoby relaksacji, które przynoszą ulgę w sytuacjach silnego zmęczenia i stresu.

Uczestnicy i realizatorzy projektu bardzo wysoko ocenili trenera w zakresie umiejętności przekazywania wiedzy, stwarzania odpowiedniej atmosfery, efektywnego wykorzystanie czasu, a przede wszystkim umiejętności zaangażowania uczestników, czego efektem było włączenie się do dyskusji jak również aktywny udział w ćwiczeniach praktycznych, grupowych i indywidualnych.

Potwierdza to, iż współpraca PCPR z Fundacją Rozwoju Demokracji Lokalnej jest współpracą bardzo owocną co z kolei przekłada się na duże zainteresowanie projektem społeczności lokalnej, a przede wszystkim na zmianę postawy wobec życia i odkrywanie swoich mocnych stron, pozytywnego myślenia i akceptację siebie w budowaniu własnej wartości.

Obecnie PCPR przygotowuje dla uczestników dalszy ciąg poradnictwa specjalistycznego z zakresu ulg i uprawnień osób niepełnosprawnych.

Projekt współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej w ramach

Europejskiego Funduszu Społecznego

Działanie 7.1 Rozwój i upowszechnienie aktywnej integracji

Poddziałanie 7.1.2 Rozwój i upowszechnianie aktywnej integracji przez powiatowe centra pomocy rodzinie

Informacje o artykule

Autor:	
Zredagował(a):	Redakcja
Data powstania:	16.10.2012 11:20
Data ostatniej modyfikacji:	16.10.2012 11:22

Liczba wyświetleń: 2195
Wydrukowano z serwisu: www.pcprgora.samorzady.pl
Wydrukowano dnia: 2026-11-10 16:55:48