

Link do produktu: <https://cezas.com.pl/regulacja-emocji-gra-terapeutyczna-sen101-p-10204.html>

REGULACJA EMOCJI - GRA TERAPEUTYCZNA (SEN101)



Cena	329,90 zł
Dostępność	Dostępność - 3 dni
Numer katalogowy	SEN101
Kod producenta	EMOCJE
Producent	Pracownia Psychoterapii

Opis produktu

REGULACJA EMOCJI - GRA TERAPEUTYCZNA

Autorka: dr Małgorzata Karolczuk

REGULACJA EMOCJI - to gra psychoterapeutyczna, która skutecznie wzmacnia i buduje inteligencję emocjonalną tych, którzy z niej korzystają.

Gra przeznaczona jest przede wszystkim dla osób, które skończyły 10 lat, ale nie przekroczyły jeszcze 99 lat. Stanowi wszechstronne narzędzie do pracy indywidualnej i zespołowej.

Pierwsza część gry to doskonałe zaproszenie do dialogu i rozmowy o swoich uczuciach, i z tymi uczuciami. Gra jest ciekawą formą inspiracji do pracy, wnosząc poczucie akceptacji dla swoich emocji. **Narzędzie to pozwala wzmocnić swoją skuteczność oraz kompetencje emocjonalne i społeczne.** Ponadto świetnie sprawdzi się m.in. w **treningach umiejętności społecznych**. Jest znakomitą pomocą w pracy psychoterapeutów, psychologów, pedagogów, ale też wszystkich tych, którzy dbają o rozwój emocjonalny i osobisty swoich uczniów/pacjentów.

Druga część gry to świetna zabawa, w której poprzez rzuty kostką i wybór kolorów czy cyfr na kartach uczestnik gry może doświadczyć i zabrać ze sobą z gabinetu aż 30 sposobów na regulowanie emocji. W tej rundzie gry może brać udział więcej niż jeden uczestnik, ale nie więcej niż czterech.

Ciekawe ćwiczenia oddechowe, techniki uważności, praca z rysunkiem i wiele innych inspiracji to nie jedyne sposoby pracy, których doświadczy Twój uczeń. 30 sposobów na regulację emocji to niekoniecznie „zabawa” na jedno spotkanie. Możesz też wykorzystać jeden sposób na regulację, a do tego spróbować kilku wariantów. Wszystko zależy od otwartości Twojego ucznia/pacjenta.

Korzyści z gry:

- wzmocnienie kompetencji emocjonalnych i społecznych,
- wzmocnienie samooceny i skuteczności,
- wzrost inteligencji emocjonalnej,
- rozwój poczucia sprawstwa.

Użyteczność gry polega również na wyzwaniu potencjału, dzięki któremu można odkryć całkiem nowe obszary w pracy nad regulowaniem emocji.

Do gry dołączone są:

- 1 duża kostka z emocjami i 5 małych kostek z cyframi,



Przedsiębiorstwo Zaopatrzenia Szkół CEZAS Sp. z o.o.

Łęczyńska 37, 20-309 Lublin,
NIP 7120165368, REGON 430362055
Nr tel. 81 525 85 51, Nr faks 81 525 86 93
E-mail: cezas@cezas.com.pl

-
- zaproszenie do dialogu,
 - karta ćwiczeń
 - 30 kolorowych kart,
 - 2 przykładowe instrukcje,
 - poręczne drewniane pudełko do przechowywania i transportu gry.

Przykładowe instrukcje dołączone do gry służą do przeprowadzenia 2 niezależnych sesji. Dzięki tym instrukcjom i zaproszeniu do dialogu korzystać z nich mogą zarówno osoby stawiające pierwsze kroki w zawodzie, jak i profesjonaliści. Praca z tym narzędziem może trwać kilka minut albo kilka spotkań. Dla terapeuty może stanowić źródło wielu hipotez, a klientom/pacjentom pomaga wyrażać siebie.