

ОНЛАЙН КУРС «БАЗОВІ ЕМОЦІЙНІ ПОТРЕБИ ТА СОЦІАЛЬНА ВЗАЄМОДІЯ»



Курси ▾ Prometheus+ Корпоративне навчання

Небайдужі: базові емоційні потреби та соціальна взаємодія

ГО «Будуємо Україну Разом»

Доступний постійно

Зареєструватися



Стартував безкоштовний онлайн-курс для покращення психічного здоров'я «Небайдужі: базові емоційні потреби та соціальна взаємодія».

Захід покликаний надати освітянам, соціальним працівникам та усім зацікавленим особам знання і практичні інструменти для покращення емоційного стану. Він допоможе краще зрозуміти власні базові емоційні потреби, детально пропрацювати п'ять базових емоційних потреб, зрозуміти важливість особистісних меж та безпеки. Слухачі дізнаються про базові емоційні потреби людини та їхній вплив на психічне здоров'я (що таке базові емоційні потреби, безпечна прив'язаність і спонтанність, автономія та компетентність); підтримка стабільних та здорових стосунків (потреба вільно виражати емоції, думки та потреби, самоконтроль та повага до меж особистості); практичні інструменти дослідження потреб та емоцій інших людей (чому важливо знати про базові емоційні потреби інших людей, як самооцінка впливає на нашу комунікацію, що таке емпатія та активне слухання, ненасильницька комунікація); зростання особистості у спільноті (взаємозв'язок між особистісним розвитком та спільнотою).

Організатори: Prometheus, ГО «Будуємо Україну Разом».

Детальніше: <https://is.gd/srRh0h>, <https://is.gd/taHO1w>

Фото: скріншот

#НРАТ_НауковіЗаходи

2023-08-28

Інформація з офіційного вебпорталу Національного репозитарію академічних текстів