

DW. RWC.9112.1.1/1.2023.MS

Toruń, 14.06.2023 r.

## ZAPROSZENIE

REGIONALNY OŚRODEK POLITYKI SPOŁECZNEJ W TORUNIU

zaprasza do udziału w czterodniowym kursie specjalistycznym pn.:

### „KRÓTKI TRENING ZASTĘPOWANIA ZŁOŚCI I AGRESJI”

<b>Adresaci</b>	Rodziny zastępcze, kadra rodzinnych domów dziecka, dyrektorzy placówek opiekuńczo – wychowawczych typu rodzinnego z województwa kujawsko-pomorskiego.
<b>Cel kursu</b>	Celem kursu jest poszerzenie wiedzy przez uczestników oraz nabycie kompetencji i umiejętności służących profesjonalizacji pracy rodzin zastępczych z dziećmi umieszczonymi w pieczy zastępczej.
<b>Ramowy program kursu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trening umiejętności prospołecznych .Poznanie m.in. <ul style="list-style-type: none"> <li>• poznawanie własnych uczuć,</li> <li>• wyrażanie swoich uczuć,</li> <li>• rozumienie uczuć innych osób,</li> <li>• radzenie sobie z czyjąś złością,</li> <li>• wyrażanie sympatii,</li> <li>• umiejętności radzenia sobie z uczuciami,</li> <li>• radzenie sobie z lękiem, strachem ,</li> <li>• nagradzanie siebie,</li> <li>• stosowanie podstawowych umiejętności prospołecznych - rozpoczynanie i prowadzenie rozmowy, zadawanie pytań, dziękowanie, mówienie komplementów,.</li> <li>• umiejętności alternatywne wobec agresji,</li> <li>• identyfikacja czynników wyzwalających złość,</li> <li>• rozpoznawanie sygnałów wskazujących na podwyższony stan napięcia emocjonalnego,</li> <li>• nauka technik służących do zmniejszania poziomu gniewu.</li> <li>• umiejętności kontroli stresu,</li> <li>• umiejętności planowania.</li> <li>• Lista uczuć emocji, stanów. Gniewometr</li> </ul> </li> <li>• Sposoby kontroli złości - Kontrola złości to umiejętność prospołeczną. Co oznacza dana umiejętność? Dlaczego ważne jest posiadać daną umiejętność? Kiedy i gdzie byłoby cenne posługiwać się daną umiejętnością? Trening uczy samokontroli, konstruktywnego wyrażania złości, pozwala na rozpoznawanie czynników wyzwalających złość, identyfikowanie sygnałów złości, stosowanie reduktorów pozwalających rozładować napięcie, używanie monitów, samoocenę. Sposoby na rozładowanie lub zmniejszenie złości.</li> <li>• Procedura FUKOZ</li> </ul>
<b>Termin i miejsce kursu</b> <b>/dwa zjazdy /</b>	<p><b>Hotel PRZYSTANEK ul. Chłopskiego , 87-100 Toruń</b></p> <p><b>12-13.07.2023r.</b></p> <p><b>19-20.07.2023r.</b></p>

Projekt partnerski „Rodzina w Centrum 3”



Dział Wsparcia Rodziny  
i Szkoleń

tel. (56) 657 14 64  
rwc@rops.torun.pl

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu



ul. Bartkiewicza 93, 87-100 Toruń  
tel. (56) 657 14 60 lub 70  
fax (56) 657 14 61  
rops@rops.torun.pl  
www.rops.torun.pl  
facebook.pl/ropstorun



	I dnia godz. 9.00 - 17.00	II dnia godz. 9.00 - 14.00
--	---------------------------	----------------------------

Zasady naboru na szkolenie:

1. Kurs trwa 30 godzin zegarowych / 40 godzin dydaktycznych/ 1 kurs-4 dni / 2 zjazdy dwudniowe.
2. Pierwszeństwo będą miały osoby, które do tej pory nie korzystały ze wsparcia w ramach projektu partnerskiego „Rodzina w Centrum 3” ROPS w Toruniu
3. Dodatkowym kryterium będzie kolejność zgłoszeń.
4. Zajęcia odbywać się będą w grupie 20 osobowej.
5. Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe oraz zaświadczenia potwierdzające udział w kursie.
6. Udział w kursie, materiały szkoleniowe, wyżywienie, noclegi są bezpłatne.
7. Osoby zainteresowane udziałem w kursie prosimy o czytelne wypełnienie formularza zgłoszeniowego i o przesłanie go w terminie **do dnia 26.06.2023r.** za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres: [szkolenia@rops.torun.pl](mailto:szkolenia@rops.torun.pl).
8. Na podstawie otrzymanych formularzy zgłoszeń ROPS w Toruniu dokona naboru uczestników do udziału w kursie.
9. Lista osób zakwalifikowanych na kurs specjalistyczny zostanie przekazana PCPR w terminie do 5 dni przed kursem, celem poinformowania osób zakwalifikowanych o udziale w kursie.

Jednocześnie informujemy, iż przesłanie karty zgłoszeniowej do ROPS w Toruniu **nie jest** równoznaczne z zakwalifikowaniem się na kurs.

Szkolenie realizowane jest w ramach projektu partnerskiego, pn. „Rodzina w Centrum 3” w ramach Osi Priorytetowej 9 Solidarne społeczeństwo, Działania 9.3 Rozwój usług zdrowotnych i społecznych, Poddziałania 9.3.2 Rozwój usług społecznych w ramach części RPO WKP 2014-2020 współfinansowanej z Europejskiego Funduszu Społecznego.

Kierownik Działu  
Wsparcia Rodziny i Szkoleń

Maria Rosolek

DYREKTOR  
Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej  
w Toruniu

Adam Szponka

Projekt partnerski „Rodzina w Centrum 3”



Dział Wsparcia Rodziny  
i Szkoleń

tel. (56) 657 14 64  
[rwc@rops.torun.pl](mailto:rwc@rops.torun.pl)

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu



ul. Bartkiewiczówny 93, 87-100 Toruń  
tel. (56) 657 14 60 lub 70  
fax (56) 657 14 61  
[rops@rops.torun.pl](mailto:rops@rops.torun.pl)  
[www.rops.torun.pl](http://www.rops.torun.pl)  
[facebook.pl/ropstorun](https://facebook.pl/ropstorun)