

## **Trening Umiejętności Społecznych (TUS)**

**TUS czyli Trening Umiejętności Społecznych to zajęcia ukierunkowane na rozwijanie lub uczenie się przez dzieci i młodzież odpowiedniego funkcjonowania w społeczeństwie.**

Celem zajęć jest zwiększenie wiedzy, nabycie prawidłowych umiejętności oraz poprawa zachowań komunikacyjnych u osób z problemami społeczno - emocjonalnymi.

**Praca podczas zajęć ukierunkowana jest na:**

- nauce odpowiedniej komunikacji werbalnej i niewerbalnej,
- rozwijaniu umiejętności społecznych oraz prospołecznych,
- nauce prawidłowego radzenia sobie w sytuacjach trudnych,
- budowaniu własnej tożsamości,
- nauce prawidłowego radzenia sobie z emocjami.

**TUS jest najczęściej stosowaną metodą w pracy z dziećmi i młodzieżą z:**

- objawami ze spektrum autyzmu,
- ADHD,
- zagrożonym niedostosowaniem społecznym,
- trudnościami w funkcjonowaniu w grupie,
- zaburzeniami więzi,
- nieśmiałością,
- mutyzmem wybiórczym,
- fobią szkolną

**Zajęcia prowadzone są w parach lub w małych grupach podczas których stosuje się następujące możliwości:**

- praca ze zdjęciami, obrazkami, filmikami, tekstem,
- karty pracy,
- odgrywanie scenek,
- praca w kręgu,
- modelowanie zachowań,
- gotowe instrukcje,
- rozwiązywanie problemów,
- rozmowy tematyczne
- metody dodatkowe: zabawy ruchowe, ćwiczenia fizyczne, muzykowanie, aktywność twórcza, zabawy sensoryczne, gry interakcyjne, gry planszowe,