

PROJEKT FERAJNA

Zajęcia psychorozwojowe dla szkół i przedszkoli

Zajęcia psychorozwojowe to nowatorski pomysł Ferajny!

Stawiamy na profilaktykę zdrowia psychicznego poprzez rozmowę, możliwość swobodnego wyrażania emocji oraz aktywności, które są nastawione na własne doświadczenia.

Wychodzimy naprzeciw problemom, które wydają się być nie do rozwiązania. Wierzymy, że w każdej sytuacji wsparciem jest odmienna perspektywa widzenia, którą możemy zaoferować.

Łączymy elementy:

- psychologii - m. in. praca na relacjach, emocjach
- socjoterapii - m. in. praca w grupach, drama
- animacji - m. in. zabawy ruchowe, gry zespołowe
- pedagogiki - zasady spójne z podejściem edukacyjnym
- arteterapii - m. in. taniec, muzyka, teatr, plastyka
- socjologii - role społeczne, funkcjonowanie w szkole, rodzinie
- jogi - m. in. uważność, koncentracja,



min. 10 osób



45-90 min.



Przyjeżdżamy do
szkoły lub przedszkola!



15-30 zł/os

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl

PROJEKT FERAJNA

Dlaczego jesteśmy wyjątkowi?



Wspólnie zaprojektujemy warsztaty na potrzeby Twoich podopiecznych. Indywidualne podejście do grupy, to nasz priorytet.



Wszystkie zajęcia poprzedzone są rozmową telefoniczną ze specjalistą, w celu ustalenia szczegółów i potrzeb grupy.



Nie korzystamy z gotowych materiałów, za każdym razem przygotowujemy je na nowo!



Żaden temat nas nie jest nam straszny! Zrealizujemy każdy Twój pomysł.



Mamy zaufane grono specjalistów w wielu dziedzinach, którzy są naszymi przyjaciółmi. Zaufanie to dla nas podstawa!



Tematy zajęć dostosowujemy do wieku (3 - 100 lat), ilości uczestników oraz możliwości grupy

Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą przykładowych zajęć

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl

PROJEKT FERAJNA

Gdy dorosnę, zostanę sobą! O marzeniach, oczekiwaniach i niedalekiej przyszłości.

Warsztaty z pogranicza doradztwa zawodowego, psychologii rozwojowej oraz pracy nad własnymi doświadczeniami. Tematem głównym będzie odwołanie się do własnych pasji, które można przekształcić w drogę zawodową, dającą radość z wykonywanej pracy. Ważnym elementem będzie odwołanie się do własnej tożsamości, zbudowanie jej lub odkrycie, a następnie poszerzenie horyzontów o możliwości, jakie daje przyszłe, dorosłe życie. Zajęcia mają na celu uniknięcie wyborów pod wpływem presji otoczenia oraz braku wiedzy, a także zmniejszenia stresu poprzez świadome decyzje, kształtowane od najwcześniejszych lat.

Hej.Tu jestem – przeciwdziałanie agresji w internecie

Warsztaty psychoedukacyjne z elementami sztuki teatralnej, to nowatorskie podejście do poważnego problemu kulturowego naszych czasów, jakim jest hejt w internecie. Łatwo jest pisać obraźliwe słowa w internecie, nie zdając sobie sprawy, w jaki sposób osoba po drugiej stronie ekranu je odbiera. Zajęcia mają na celu uwrażliwienie młodych ludzi na nowe narzędzia komunikacji jakimi się posługują. Popracujemy nad emocjami i pokażemy dwie strony medalu pisania oraz odczytywania negatywnych komentarzy. W programie znajdą się również informacje na temat bezpieczeństwa w sieci oraz tego, jaki wpływ wywierają na nas instagramowe fotki, czy tysiące lajków pod postami.

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl

PROJEKT FERAJNA

Warsztaty dla (nie)grzecznych dzieci

Doświadczenie w pracy z grupami nauczyło nas, że często problem „niegrzecznych” dzieci, tkwi głębiej niż tylko w ich zewnętrznym zachowaniu. Mianowani jako źli miotają się ze swoim problemem, który obezwładnia ich na całego i pozwala na całkowite odrzucenie z grupy. Techniki takie jak: socjoterapia, psychologia, a nawet resocjalizacja, pozwalała nam na głębsze dostrzeżenie problemu niż owiane tajemnicą literki „ADHD”. Poprzez pracę w grupach, zabawę i integrację, staramy się dostrzec potencjał, który prawidłowo skierowany, może spowodować ogromne zmiany na lepsze, tworząc zgraną ferajnę

Teatr życia, życie w teatrze

Warsztat, w którym zostaną wykorzystane w szczególności techniki teatralne. Będą one głównym narzędziem i pretekstem do rozmów o emocjach, relacjach, trudnościach, sukcesach i życiu. Opierając się na teorii Ervinga Goffmana „Życie społeczne jako teatr” posłużymy się wieloma metaforami, które ukażą różne oblicza przybierania społecznych ról i masek. Dzieci będą mogły zobaczyć, jakie role przybierają w życiu codziennym i zrozumieć, że jest to naturalny proces funkcjonowania w społeczeństwie. Zabawne scenki, które zostaną przedstawione pod postacią gier sprawią, że poczują się jak aktorzy w teatrze! Na zajęciach będą również tworzone indywidualne maski, wykreowane przez samych uczestników.

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl

PROJEKT FERAJNA

Kozioł ofiarny czy wartościowy człowiek?

Warsztat oparty na technikach socjoterapii i psychologii z elementami treningu interpersonalnego. Poruszający ważne kwestie w funkcjonowaniu grupy, które trudno podjąć podczas zwykłych lekcji szkolnych. Zajęcia rozwijające komunikację, poczucie własnej wartości oraz empatię, potrzebną do zrozumienia własnego zachowania wobec siebie i innych. Dzięki pracy nad sobą, możliwe będzie przewartościowanie ról i dostrzeżenie w osobie, mającej pozycję kozła ofiarnego, interesującej i ważnej indywidualności dla klasy.

Efektywne metody nauczania

Warsztaty oparte na mnemotechnikach, które pozwalają na kreatywne zapamiętywanie nowych informacji. Na zajęciach zostaną przedstawione techniki pamięciowe, które poprawią skuteczność uczenia się, motywację oraz pobudzą ciekawość do dalszego rozwoju. Dodatkowo, wykorzystując techniki oddechowe, zwrócimy uwagę na poprawienie koncentracji, która jest głównym powodem słabych wyników w szkole. Ćwiczenia zostaną dobrane w taki sposób, aby mogły być wykorzystane zarówno podczas 45 minutowej lekcji, podczas nauki poza szkołą, jak i przy zapamiętaniu listy zakupów.

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl

PROJEKT FERAJNA

Wychowanie przez słuchanie

Warsztaty inspirowane książką „Sekretne życie drzew”, połączone z psychologią mindfulness oraz psychologią kulturową i rozwojową, która wpływa na rozwój samoświadomości oraz lepszego postrzegania siebie w świecie.

Mało kto wie, że drzewa żyją w podobny sposób, co ludzie. Tworzą swoje społeczności, szkoły, wychowują dzieci, zawierają przyjaźnie, przeżywają miłość, żyją w zgodzie między sobą, mają swój własny savoir vivre. Niektóre osobniki są wybitnymi indywidualistami i najlepiej żyje im się w samotności. Inne podróżują po całym świecie. Drzewa również odczuwają ból, który można zobaczyć. Jeśli potrzebują pomocy, potrafią nawet krzyczeć. Przysłuchując się uważnie, można zrozumieć jak rozmawiają między sobą. Posiadają też swoją sieć internetową, a nawet domy handlowe. W jaki sposób to wszystko dzieje się obok nas, a tak trudno nam to dostrzec? Dzięki tym warsztatom dzieci dowiedzą się, w jaki sposób słuchać i obserwować, aby widzieć i słyszeć więcej. Dzięki rozmowom oraz różnym aktywnościom będą miały szansę poszerzyć samoświadomość oraz uwrażliwić się na otaczający je świat. Nie będzie to zwykły wykład z ekologii i biologii, a powrót do ewolucyjnego poczucia siebie poprzez naturę.

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl

PROJEKT FERAJNA

Kolorowy świat emocji

Warsztaty taneczne oparte na elementach tańca, choreoterapii, technikach psychologicznych. Pozwolą wyrzucić z siebie zgromadzone emocje w ciele, a także dzięki ruchowi, skoncentrować się i poczuć swoje ciało. Na zajęciach będzie okazja porozmawiać o tym co gnębi, smuci, ale także wyrazić to w sposób cielesny. Nauka swojego ciała jest niezwykle ważna, aby pozbyć się wszelkich trapiących kłopotów, a także je rozpoznać. Całość warsztatu zaprojektowana jako dobra zabawa w towarzystwie dużej ilości muzyki.

Jedz zdrowo, kolorowo

Zajęcia skierowane na profilaktykę zdrowego żywienia, poparte doświadczeniem i wiedzą z zakresu psychodietetyki. Wierzymy, że nie wystarczy jedynie mówić głośno o warzywach i owocach, należy pokazać w jaki sposób mózg ma się przekonać do sięgania po nie. Wspólnie zaprojektujemy prawidłowe wzorce odżywiania przy pomocy doświadczonych trenerów i odpowiednich materiałów edukacyjnych. Dzięki zdobytej wiedzy, dzieci będą mogły wcielić się w rolę dietetyka podczas dramowych zabaw. Stworzą także bazę kontaktów, w której znajdą się instytucje pomocowe i telefony zaufania. Dowiedzą się jak prosić o pomoc i wspólnie rozwiązać problemy. Jeśli chcecie przekonać się, co zawiera nutella, oprócz orzechów, mleka i dziecięcej radości, ten warsztat z pewnością odpowie na wiele nurtujących pytań z zakresu jedzeniowego

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl

PROJEKT FERAJNA

Moja super moc – (nie)śmiałość

Czy można podzielić cechy na negatywne i pozytywne? Czy może z każdej z nich można skorzystać w wartościowy sposób, zmieniając jedynie przestrzeń dla jej funkcjonowania? Każdy z nas ma super moc, którą nie zawsze potrafi w sobie zobaczyć. Warsztat ma na celu podniesienie własnej wartości poprzez uświadomienie sobie własnego funkcjonowania w klasie. Dzięki odnalezieniu swojej super mocy, każdy z nas, może stać się bohaterem na miarę swojej bajki, w której żyje.

Zaprojektuj Własną Ferajnę

Warsztat umożliwiający wykorzystanie potencjału grupy, poprzez rozpoznanie pełnienia poszczególnych ról klasowych dzieci. Dzięki odpowiednim aktywnościom opartych na technikach socjometrycznych, socjoterapeutycznych oraz treningu umiejętności społecznych, zostaną wyodrębnione pozycje, w których znajdują się dzieci na tle klasy. Kolejnym krokiem będzie stworzenie odpowiednich warunków w przestrzeni klasowej na wykorzystanie najważniejszych cech każdej osoby, w życiu grupowym i szkolnym. Dzięki tego typu zabiegowi dzieci poznają własne wartości, będą odpowiedzialnie i mądrze dysponować swoimi umiejętnościami, poczują się silne w grupie na każdej pozycji. Unikną również etykietowania, które może niefortunnie sptycać ich zalety i wywoływać niepożądane zachowania jak: nadpobudliwość ruchowa, problemy z koncentracją, współpracą, komunikacją i wiele innych.

Celem warsztatu będzie stworzenie warunków, w których każdy w grupie będzie czuł się wartościowym członkiem zgranej ferajny.

Rezerwacje warsztatów:

warsztaty@projektferajna.pl

888500004 lub 737575410

www.projektferajna.pl