

KLUB „J”

Grupowa terapia płynnej werbalnej komunikacji.

Prowadząca: mgr Urszula Jaworska, neurologopeda

Grupa: młodzież jękająca się (13-18 rok życia)

Cel:

- zmniejszanie stanów lęku;
- minimalizowanie stresu komunikacyjnego;
- poprawa kontaktów interpersonalnych;
- trening umiejętności psychospołecznych;
- nabranie pewności siebie w wypowiedzaniu się na forum;
- uzyskanie wsparcia od osób zmagających się z problemem niepłynności mowy.

Przykłady tematów poruszanych na zajęciach:

- właściwy, leczniczy oddech a mowa bez napięć;
- znaczenie przerw i pauz w mówieniu oraz wypełnienie ich spokojem, rozluźnieniem i radością;
- uważność i koncentracja w automatyzowaniu mowy swobodnej, łatwej i bez napięć;
- jak radzić sobie z napięciem przy słowach kluczowych, zabarwionych emocjonalnie.