

ChallengeUp

Coaching στην επικοινωνία και στις κοινωνικές δεξιότητες ενηλίκων με σύνδρομο Άσπεργκερ

Ενα ολοκληρωμένο υποστηρικτικό πρόγραμμα που περιλαμβάνει πρακτικές που μπορούν να βοηθήσουν ενήλικες με σύνδρομο Άσπεργκερ αλλά και άτομα με δυσκολίες κοινωνικοποίησης, να κατανοήσουν καλύτερα τα ταλέντα τους και να τα «επικοινωνήσουν» με πιο κατάλληλο τρόπο, να βελτιώσουν τις προσωπικές και διαπροσωπικές τους δεξιότητες και την αυτονομία τους.



1. Έκφραση μέσω κινήσεων/γλώσσα σώματος

Πρόκειται για συναντήσεις που αποσκοπούν στη βελτίωση της εμπιστοσύνης στις σωματικές τους ικανότητες και στην ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων μέσω προσαρμοσμένων σωματικών συλλογικών δραστηριοτήτων.

Επαγγελματίες της χοροθεραπείας, της χοροκινητικής θεραπείας και των πολεμικών τεχνών, προτείνουν ασκήσεις και κινητικές δραστηριότητες σε σχέση με διαφορετικές καταστάσεις κοινωνικών επαφών, που αποσκοπούν να τους βοηθήσουν να ενισχύσουν την αυτονομία τους και να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής τους.



2. Επικοινωνία / Κοινωνικές δεξιότητες

Κατά τη διάρκεια κάθε συνάντησης της ομάδας, οι συμμετέχοντες με πρακτικές ασκήσεις βελτιώνουν σταδιακά τις κοινωνικές τους δεξιότητες και ανακαλύπτουν τους δικούς τους τρόπους για να τις αξιοποιήσουν άμεσα, ανάλογα με το περιβάλλον και τις απαιτήσεις που υπάρχουν κάθε φορά. Κοινωνικές δεξιότητες σχετικά με τη λεκτική (χιούμορ, μεταφορές, ...) και τη μη λεκτική επικοινωνία, τις κοινωνικές δεξιότητες, τους τρόπους διαχείρισης αντιθέσεων και συγκρούσεων, τις φιλικές σχέσεις. Δουλεύουμε μέσω παιχνιδιών ρόλων, ασκήσεων συνεργασίας, ανταλλαγής, έκφρασης συναισθημάτων και δραστηριοτήτων τέτοιων που προάγουν την κοινωνική ένταξη.



3. Διαχείριση επικοινωνίας στον χώρο εργασίας

"Αν και ταλαντούχα και συχνά με πολύ καλές διανοητικές ικανότητες, τα άτομα με Άσπεργκερ δεν καταφέρνουν να βγάλουν προς τα έξω το δυναμικό τους. Αυτή η ενόχληση περιλαμβάνει δραστηριότητες και παιχνίδια ρόλων σχετικά με τα δικά τους ταλέντα, τις δικές τους ανάγκες και τα κίνητρα, τον τρόπο ένδυσης, τις διαπροσωπικές σχέσεις στο χώρο εργασίας αλλά και μια πρακτική προετοιμασία για την αναζήτηση εργασίας.

Challenge Up": Πρόγραμμα κοινωνικών δεξιοτήτων για ενήλικες

Κόστος συμμετοχής: 220€/μήνα

Διάρκεια : 10/2021 - 6/2022

Χώρος: «Kinosfera», Αρματολών και Κλεφτών 9, Αθήνα

Υπεύθυνος προγράμματος:

Αποστόλης Παναγούλης, Msc Επικοινωνία, Job & Social skills Coach

email: apanagoulis.com@gmail.com / www.challengeup-project.com