

## ZAŚWIADCZENIE o ukończeniu kursu

Zaświadcza się, że Pan/i

**Adrianna Mycka-Sobieraj**

(imię/imiiona i nazwisko)

**07.03.1972**  
(data urodzenia)

**Łódź**  
(miejsce urodzenia)

ukończył/a kurs: **Trening Kontrolowania Złości, Agresji i Emocji Trudnych©**  
**- Jak efektywnie rozwijać u dzieci, młodzieży oraz osób dorosłych umiejętności**  
**związane z zarządzaniem i kontrolą emocji trudnych**  
(nazwa szkolenia)

w wymiarze **30** godzin dydaktycznych

prowadzony przez: **Centrum Szkoleniowo – Terapeutyczne SENS**  
**Wirginia Wrzesińska, ul. Powstańców 9/70, 05-800 Pruszków**  
w terminie 11-12.12.2021 r.

oraz złożył/a egzamin potwierdzający nabycie wiedzy i umiejętności  
z zakresu prowadzenia Treningu Kontrolowania Złości, Agresji i Emocji Trudnych©.

### Podstawa prawna:

- *Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. 2017 poz. 59 z późn. zm)*

Centrum Szkoleniowo-Terapeutyczne SENS Wirginia Wrzesińska wpisane do rejestru instytucji szkoleniowych  
WUP w Warszawie, numer ewidencyjny: 2.14/00171/2016

**Nr CST.SENS/TKZ/142/12/2021**

Centrum Szkoleniowo-Terapeutyczne SENS  
**Wirginia Wrzesińska**  
05-800 Pruszków, ul. Powstańców 9/70  
NIP 534 23 93 554, REGON 123186340  
www.centrumsens.pl, tel. 733 090 988  
e-mail: biuro@centrumsens.pl

Pruszków, dn. 12.12.2021 r.  
(miejscowość, data)

*Wirginia Wrzesińska*

**Wirginia Wrzesińska**

## CERTYFIKAT

Niniejszym w imieniu **Centrum Szkoleniowo-Terapeutycznego SENS**

**Wirginia Wrzesińska**

zaświadczam, że

**Adrianna Mycka-Sobieraj**

Ukończył/a kurs

***Trening Kontrolowania Złości, Agresji i Emocji***

***Trudnych***©

**Jak efektywnie rozwijać u dzieci, młodzieży oraz osób dorosłych  
umiejętności związane z zarządzaniem i kontrolą emocji trudnych**

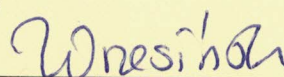
oraz uzyskał/a

## CERTYFIKAT

**Trenera Zarządzania Złością i Emocjami Trudnymi**©

Kurs został przeprowadzony w terminie 11-12.12.2021 w wymiarze 30 godzin dydaktycznych i zakończony egzaminem.

Centrum Szkoleniowo-Terapeutyczne SENS  
**Wirginia Wrzesińska**  
05-800 Pruszków, ul. Powstańców 9/70  
NIP 534 23 93 554, REGON 123186340  
www.centrumsens.pl, tel. 733 090 988  
e-mail: biuro@centrumsens.pl



**Wirginia Wrzesińska**

Pruszków, dn. 12.12.2021 r.

Numer Certyfikatu CST.SENS/TKZ/142/12/2021

Podstawa prawna:

- Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. 2017 poz. 59 z późn. zm)

Centrum Szkoleniowo-Terapeutyczne SENS Wirginia Wrzesińska wpisane do rejestru instytucji szkoleniowych WUP w Warszawie, numer ewidencyjny: 2.14/00171/2016

## Program Kursu

Lp.	Treść nauczania w zakresie poszczególnych zajęć	Ilość godzin teoretycznych	Ilość godzin praktycznych	Wymiar zajęć (w godzinach) łącznie
1.	Teoretyczne podstawy Treningu Kontrolowania Złości, Agresji i Emocji Trudnych - cele i założenia - grupy odbiorców - prawidłowości w rozwoju społeczno-emocjonalnym jednostki - podstawy psychologii uczenia się, psychologii poznawczej, emocji i motywacji w kontekście prowadzenia treningu - podstawy prowadzenia grup - najważniejsze zasady prowadzenia treningu	10	-	10
2.	Prowadzenie Treningu Kontrolowania Złości, Agresji i Emocji Trudnych - etapy prowadzenia zajęć - formy pracy - gry i ćwiczenia	0	5	5
3.	Mini-warsztaty „Ja i moje emocje negatywne”	0	7	7
3.	Planowanie pracy - badanie potrzeb - współpraca z rodzicami - dobór technik motywacyjnych - dobór kluczowych umiejętności dla grupy odbiorczej - dobór odpowiednich działań i ćwiczeń, zadań dla grupy - Opracowanie planu pracy - Opracowanie konspektów zajęć	0	3	3
4.	- Pomoce podczas prowadzenia Treningu Kontrolowania Złości, Agresji i Emocji Trudnych - Opracowanie własnych Algorytmów zachowania - Tworzenie własnych narzędzi do pracy ze złością, agresją, lękiem, smutkiem, etc.	0	5	5

### Kurs przygotowuje do:

- tworzenia programów zajęć indywidualnych oraz grupowych z zakresu Treningu Kontrolowania Złości, Agresji oraz Emocji Trudnych
- prowadzenia Treningu Kontrolowania Złości, Agresji oraz Emocji Trudnych w formie indywidualnej oraz grupowej z dziećmi, młodzieżą oraz osobami dorosłymi, w tym: z zaburzeniami oraz niepełnosprawnościami
- prowadzenia zajęć rozwijających kompetencje/umiejętności emocjonalne