

# **Trening umiejętności społecznych - zrozum, porozmawiaj, dogadaj się**

Jak rozmawiać z innymi? Jak mówić o swoich potrzebach? Co zrobić, gdy nas ktoś denerwuje? Na tych zajęciach uczymy się komunikacji, współpracy i rozwiązywania konfliktów. Wszystko w bezpiecznej atmosferze i z dużą dawką życzliwości. Bo dobre relacje zaczynają się od dobrego kontaktu.