

WARSZTATY (ciało)POZYTYWNEJ SAMOOCENY

Kolejna grupa młodych kobiet uczestniczyła w organizowanych przez Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną w Chojnicach zajęciach dotyczących samooceny - szczególnie skoncentrowanych na postrzeganiu ciała pt. „Warsztaty (ciało)pozytywnej samooceny”.

04.04.2023r. uczennice Technikum nr 2 w Chojnicach przez 1,5 godziny analizowały, jaki obraz ciała kobiety jest kreowany aktualnie w mediach i jak może wpływać to na samopoczucie kobiet. Celem zajęć było zwiększenie ich poczucia własnej wartości i samoakceptacji. Uczennice dowiedziały się jakie czynniki kształtują samoocenę oraz jak mogą wpływać na jej pozytywny rozwój.

Mamy nadzieję, że zajęcia stały się dla uczestniczek inspiracją do pozytywnego patrzenia na siebie i innych! 😊

Laura Breszka – psycholog PPP