



מטרות התכנית

פיתוח יכולות ביטוי והשפה הרגשית

עבודה על הדימוי החברתי

חיזוק הביטחון העצמי
ואיתור חוזקות

חיזוק תחושת השייכות

מתן כלים ליצירת עולם רגשי מפותח

הקניית אסטרטגיות לניהול עצמי

מתן כלים להפחתת לחצים ועוגנים
לכניסה לריכוז

מודעות ולקיחת אחריות

