

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ ΙΣΤΟΥ ΤΗΣ ΑΡΑΧΝΗΣ



1 Αυτοεκτίμηση

Βελτιώνει την αυτοεκτίμηση μέσω της θετικής ανατροφοδότησης.



2

Αυτογνωσία

Αυξάνει την αυτογνωσία μέσω σχολίων που δεν γνώριζε το άτομο για τον εαυτό του/της.



3

Θετική στάση

Βοηθά στην ανάπτυξη μιας θετικής στάσης απέναντι στη ζωή και τους άλλους ανθρώπους.



4

Ανταλλαγή φιλοφρονήσεων

Πολλά άτομα αισθάνονται αμήχανα όταν λαμβάνουν ή θέλουν να δώσουν κομπλιμέντα, επομένως η δραστηριότητα αυτή είναι ιδανική για την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων.



5

Επικοινωνιακές δεξιότητες

Λεκτική και μη-λεκτική επικοινωνία, δημόσια ομιλία, έκφραση ιδεών κτλ.

6

Συνοχή ομάδας

Βοηθά στη βελτίωση και την ενδυνάμωση των δεσμών μεταξύ των συμμετεχόντων, στην αλληλοεκτίμησή τους και στην αύξηση της αίσθησης του ανήκειν.



7

Εργασιακό περιβάλλον

Εμπλουτίζει και βελτιώνει την αποδοτικότητα των συμμετεχόντων σε ένα εργασιακό περιβάλλον.

POSITIVE
VIBES