

Grupa terapeutyczna dla młodzieży w wieku 13-16 lat (dawna 1-3 klasa gimnazjum)

oraz

Grupa terapeutyczna dla młodzieży w wieku 16-19 lat (szkoły ponadgimnazjalne)

Grupy skierowane są do nastolatków, którzy:

- czują się samotni, zagubieni,
- zamykają się w wirtualnym świecie komputera czy Internetu,
- doświadczają wielu konfliktów z innymi, nie wiedzą dlaczego i jak one powstają oraz jak mogą sobie z nimi radzić,
- mają kłopoty z rozpoznawaniem własnych uczuć na tle grupy klasowej czy towarzyskiej i radzeniem sobie z nimi w konstruktywny sposób,
- mają trudności z nawiązywaniem/ utrzymywaniem relacji rówieśniczych,
- mają trudności w rozumieniu siebie,
- cierpią z powodu utrzymującego się stanu napięcia i niepokoju,
- nie wiedzą jak sobie radzić ze złością i kontrolowaniem impulsywnych zachowań ,
- często czują się nieśmiali i zawstydzeni w sytuacjach społecznych,
- chcieliby lepiej wiedzieć czego potrzebują,
- w grupach często przyjmują rolę, która im nie odpowiada,
- poszukują sposobów na lepsze „dogadanie” się z rodzicem/ami,
- nie czują się bezpiecznie z innymi (trudno im zaufać).

Zajęcia odbywają się raz w tygodniu w poniedziałki przez 14 kolejnych tygodni

grupa młodsza godz. **17.00**

grupa starsza godz. **18.00**

Przyjęcie do grupy poprzedzone jest indywidualną konsultacją z prowadzącym grupę.

Koszt to 50 zł/ zajęcia, koszt konsultacji to 100 zł.

Start grupy to 14.09 (poniedziałek), kolejne zajęcia odbywają się:

14.09, 21.09, 28.09, 05.10, 12.10, 19.10, 26.10, 02.11, 09.11, 16.11, 23.11, 30.11, 07.12, 14.12

Serdecznie zapraszam