

WARSZTATY GRUPOWE DLA MŁODZIEŻY

Ośrodek Poradnictwa i Terapii Rodzin w Tarnowie zaprasza młodzież w wieku od 16 do 19 lat na warsztaty grupowe. Udział w warsztatach grupowych stwarza okazję do przyjrzenia się temu, co jest istotne w relacjach z innymi, co je ogranicza, a co wspiera. Dzieje się to przy jednoczesnym wsparciu uczestników grupy oraz towarzyszeniu osób prowadzących. Celem pomocy grupowej jest możliwość nabycia nowych doświadczeń, które stworzą okazję do bardziej satysfakcjonującego funkcjonowania w życiu codziennym.

DLA KOGO JEST GRUPA?

Oferta skierowana jest do uczniów szkół średnich, którzy:

- doświadczają trudności w kontaktach i porozumiewaniu się z rówieśnikami i osobami najbliższymi,
- często czują się samotne, smutne lub przygnębione;
- miewają nagle i nieprzewidywalne zmiany nastroju;
- łatwo się denerwują, wybuchają;
- często czują się niepewnie, przeżywają lęk w trudnych sytuacjach.

Istnieje różnica między światem dorosłych a światem młodzieży. Udział w warsztatach pomoże Ci uświadomić do czego ta różnica jest potrzebna. Warsztaty pomogą uzyskać informacje jak postrzegają Cię inni, w jaki sposób tworzyć satysfakcjonujące relacje z tymi, na których Ci zależy, poczuć się bardziej swobodnym, otwartym, pewnym siebie w kontaktach z rówieśnikami w sytuacjach trudnych i konfliktowych oraz pomoże zbudować wewnętrzną siłę.

Warsztatyrozpoczynają się od połowy października i trwać będą do grudnia. Dołączyć będzie można na każdym etapie. Dla uczniów tarnowskich szkół udział w warsztatach jest bezpłatny.

Zadzwoń pod numer 501267582 a my powiem Ci co dalej.

Warsztaty są prowadzone przez psychologów terapeutów, pracowników OPiTR.

Zapraszamy :)