

Grupa rozwojowa dla młodzieży

*Bezpieczna podróż
Odkryj siebie na nowo*

Jeśli czujecie się zagubieni, zniechęceni, zasmuceni, czujecie że nikt was nie rozumie, jesteście niezadowoleni ze swojego życia - dajcie sobie szansę, przyjmijcie pomocną dłoń i zmieńcie swoje życie.

Zapraszamy Was na spotkania, których celem jest:

1. Rozwijanie siebie i własnych możliwości;
2. Rozwijanie poczucia własnej wartości;
3. Rozwijanie umiejętności nawiązywania satysfakcjonujących więzi i relacji z innymi ludźmi;
4. Rozwijanie umiejętności rozwiązywania sytuacji trudnych;
5. Rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem;
6. Rozwijanie umiejętności korzystania z technik relaksacyjnych.

Pamiętaj

Masz wpływ na swoje życie i na to kim jesteś.

Przyjdź do nas

Czekamy na Ciebie

Miejsce spotkań:

**Specjalistyczna Poradnia Wspierania Rozwoju i Terapii w Łodzi
ul. Hipoteczna 3/5 II piętro tel. 42 653 76 75**

Osoby prowadzące:

Bożenna Wardęszkiewicz i Piotr Feja- psycholog

W skład cyklu wchodzi 4 zajęć

Termin: od 03. 07 do 06.07. 2018 godz. 10.00 – 13.00

