



GRUPA TERAPEUTYCZNA

dla

dzieci

doświadczających
trudności w relacjach

11-12 lat



takich jak:

- **problemy w nawiązywaniu i utrzymywaniu relacji z rówieśnikami**
- **wycofanie, nieśmiałość,**
- **trudności w adaptacji do nowych sytuacji,**
- **nadmierna dominacja,**
- **lęk przed oceną,**
- **stosowanie nieadekwatnych sposobów na rozładowanie napięcia emocjonalnego w sytuacjach grupowych**

Udział w grupie poprzedzony jest konsultacjami, które pomagają ustalić czy terapia grupowa jest adekwatną i korzystną formą pomocy dziecku w danym momencie. Konsultacja składa się z trzech spotkań: wywiadu z rodzicami, spotkania z dzieckiem oraz spotkania podsumowującego. Każde ze spotkań trwa 50 minut.

Grupa składa się z **8-10 osób**. Grupa ma charakter **zamknięty**, co oznacza, że w trakcie jej trwania nie są przyjmowani nowi uczestnicy. Spotkania są prowadzone przez **dwóch prowadzących**. Terapia objęta jest **superwizją**.

Terapia trwa około 10 miesięcy, czyli jeden **rok szkolny** (od września 2024 r. do czerwca 2025 r.).

Spotkania odbywają się **co tydzień, w piątki w godzinach 16.00-17.30**.

Dwa razy podczas trwania cyklu grupy (pod koniec każdego półrocza) terapeuci prowadzący odbywają podsumowujące spotkania z rodzicami.

Jak wyglądają spotkania grupy:

Spotkania grupowe składają się nie tylko z rozmowy między uczestnikami, ale również ze wspólnej aktywności. Każde spotkanie zaczyna się i kończy w kręgu. O tym, co będzie działo się pomiędzy tymi ramami, rozstrzyga ostatecznie sama grupa. Prowadzący podążają za grupą: z reguły nie narzucają konkretnych zadań i ćwiczeń, ale są otwarci na dynamikę spotkań. Dbają o atmosferę bezpieczeństwa w grupie, wspierają uczestników, starają się zbudować przestrzeń do nazywania i rozumienia procesów zachodzących wewnątrz grupy.

Cele grupy:

- Grupa stanowi przestrzeń do zdobywania pozytywnych doświadczeń w kontaktach z rówieśnikami,
- Informacje zwrotne od innych uczestników oraz od prowadzących pomagają przyglądać się swojemu miejscu w grupie oraz sposobom wchodzenia w relacje z innymi,
- Obserwacja innych osób poszerza perspektywę, pomaga odzyskać nadzieję,
- Charakter grupy sprzyja testowaniu nowych sposobów reagowania,
- Udział w grupie daje wielu osobom poczucie przynależności, a poczucie, że mamy coś do zaoferowania innym, wzmacnia poczucie własnej wartości.
- Przy wsparciu grupy wielu osobom jest łatwiej mierzyć się z trudnymi doświadczeniami.



Zapisy na konsultacje:

nr tel. **22 277 11 98**

PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK, 8.00-16.00



znajdź nas na
sprawszawa



Specjalistyczna
Poradnia Rodzinna
Wawer