

GRUPA TERAPEUTYCZNA MGS

(PSYCHOSPOŁECZNYCH GIER TRANSKULTUROWYCH)

DLA MŁODZIEŻY 14-16 LAT

DLA OSÓB LĘKOWYCH, MAJĄCYCH TRUDNOŚCI W RELACJACH SPOŁECZNYCH, WYCOFANYCH

Grupa terapeutyczna jest skierowana do osób, które mają trudności w nawiązywaniu relacji rówieśniczych, zmagają się z zaburzeniami lękowymi, depresją, były wykluczane przez rówieśników lub mają niskie poczucie własnej wartości.

Grupa terapeutyczna daje możliwość lepszego zrozumienia siebie oraz swoich relacji z innymi. Polecana jest osobom, które chcą zrozumieć przyczyny przeżywanych problemów, czują się samotne, niezrozumiane przez innych i chcą nauczyć się, jak być z ludźmi w bardziej satysfakcjonujący sposób.

Poprzez sesje MGS chcemy wzmacniać empatię i wzajemne wsparcie uczestników, budować większe poczucie pewności siebie i spełnienia, wspierać niezależność oraz poczucie odpowiedzialności. Te spotkania będą również okazją do poznania nowych osób w podobnym wieku, budowania przyjaźni, poczucia jedności i wspólnoty płynącego z doświadczenia bycia akceptowanym w grupie.

Podczas spotkań uczestnicy będą grali w gry psychospołeczne, a następnie dzielili się swoimi doświadczeniami i odczuciami im towarzyszącymi. Będziemy rozmawiali o tym, jak doświadczenia wyniesione z gier można przenieść na "prawdziwe życie". Od uczestników spotkań oczekujemy otwartości i chęci do zabawy. Wspólnie stworzymy bezpieczną przestrzeń umożliwiającą rozwój każdego z uczestników.

SPOTKANIA BĘDĄ TRWAŁY 90 MINUT, BĘDĄ ODBYWAŁY SIĘ RAZ W TYGODNIU PRZEZ 6 MIESIĘCY (20 SPOTKAŃ).

Ze względu na specyfikę pracy prosimy, aby na udział w Grupie decydowały się te osoby, które chcą uczestniczyć we wszystkich spotkaniach i przychodzić punktualnie. Nieobecności wpływają negatywnie na pracę uczestnika i całej grupy, obniżając szanse powodzenia terapii.

Prowadzący: Agata Bruj-Wojtyńska, Hanna Suchodolska

🕒 **PONIEDZIAŁKI, 17.00–18.30**

📍 **SPR WILANÓW, UL. BRANICKIEGO 15**

🕒 **6 MIESIĘCY – 20 SPOTKAŃ**

OD UCZESTNIKÓW SPOTKAŃ OCZEKUJEMY OTWARTOŚCI I CHĘCI DO ZABAWY.

UDZIAŁ W GRUPIE POPRZEDZONY JEST SPOTKANIEM KWALIFIKACYJNYM Z NASTOLATKIEM

ZAPISY NA KONSULTACJE:

+48 536 244 059

PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK, 8.00-16.00