

OFERTA DLA
MŁODZIEŻY I
RODZIN

KROK 7.
MŁODZIEŻOWA GRUPA
ROZWOJOWA

OPCJA!

Grupa ma potencjał tworzenia przestrzeni do pracy poprzez metody aktywne, bazujące na doświadczaniu. Uczestnicy grupy będą mieli okazję osiągnąć osobisty wgląd poprzez włączanie się w przeżywanie problemów innych członków grupy, wzbudzając w ten sposób w sobie potrzebę zrozumienia własnych trudności.

Adresowana jest do młodych ludzi między 15 a 25 rokiem życia, będących na drodze do dorosłości.

Celem grupy jest szeroko rozumiany rozwój młodego człowieka, zharmonizowanie jego myśli, uczuć i działań, poprawa funkcjonowania w życiu i dostarczenie wsparcia.

Szczegółowe cele programu:

- pobudzanie i mobilizowanie osobistych zasobów,
- uzyskanie wglądu we własne uczucia, myśli, przekonania,
- nauka umiejętności przydatnych w procesie zmiany przekonań pojawiających się w sytuacjach stresowych,
- trening zachowań asertywnych,
- trening umiejętności porozumiewania się z innymi,
- rozwój różnych aspektów funkcjonowania w życiu, m.in. poszerzanie obszarów autonomii,
- poszerzanie obszarów samoświadomości.

Forma:
osobista
1 x w tygodniu

Inspirujemy
do rozwoju