



STOWARZYSZENIE NA RZECZ ROZWOJU SPOŁECZNEGO „STRICTE” THE ASSOCIATION FOR SOCIAL DEVELOPMENT

NABÓR DO GRUPY TERAPEUTYCZNEJ

Zapraszamy serdecznie do udziału w terapii grupowej opartej na pracy w nurcie psychodynamicznym.

Terapia ta przeznaczona jest dla osób dorosłych doświadczających różnego rodzaju trudności w relacjach oraz chcących zwiększyć świadomość siebie: własnych zachowań i uczuć w kontaktach z innymi ludźmi oraz chcących budować głębsze, bardziej satysfakcjonujące więzi z innymi. Terapia jest intensywnym, a przede wszystkim dynamicznym doświadczeniem grupowym pomagającym w zmaganiu się z własnymi trudnościami.

W trakcie procesu uczestnicy wchodzą ze sobą w bezpośrednie interakcje, doświadczając swoich emocji w relacji z innymi ludźmi. Wszystko to w oparciu o doświadczenia powstające w pracy małej grupy (max.12 osób). Praca grupowa, w zależności od potrzeb, okazuje się bardziej inspirująca w stosunku do pracy indywidualnej, ze względu na więcej zaangażowanych w nią osób. Uczestnicy grupy poznając się mają okazję do zaobserwowania myśli i emocji pojawiających się podczas spotkania grupowego, analogicznych do tych, z którymi spotykają się w życiu codziennym. Mogą również na bieżąco weryfikować trafność swoich przekonań dotyczących siebie i innych ludzi oraz wynikających z nich zachowań. W bezpiecznej atmosferze spotkań grupowych uczestnicy mogą eksperymentować z nowymi zachowaniami i pogłębiać ich rozumienie. W rezultacie wybrać te, które ich zdaniem warto wykorzystać w codziennych sytuacjach społecznych.

Al. Wojska Polskiego 54/3 (I piętro)
Szczecin
stricte.szn@gmail.com, www.stricte.org



KRS: 0000020938, NIP: 851-27-42-068,
REGON: 812378744,
PKO BP SA I O/ SZCZECIN
57 10204795 0000 9402 01440114



STOWARZYSZENIE NA RZECZ ROZWOJU SPOŁECZNEGO „STRICTE” THE ASSOCIATION FOR SOCIAL DEVELOPMENT

Proponowana grupa psychoterapeutyczna będzie trwać dziewięć miesięcy. Maksymalna liczba uczestników to 12 osób. Jej charakter będzie zamknięty, co oznacza, że po rozpoczęciu nie planuje się dołączenia nowych osób. Sesje odbywać się będą raz w tygodniu, w poniedziałki w godz. 18:20 - 20:00.

Rozpoczęcie psychoterapii grupowej poprzedzone jest bezpłatnymi konsultacjami indywidualnymi, które będą służyć przeanalizowaniu możliwości uczestniczenia w grupie, rozpoznaniu trudności i przygotowaniu do rozpoczęcia procesu terapeutycznego.

Terapia grupowa oparta na pracy w nurcie psychodynamicznym, ma służyć:

- *polepszeniu relacji z samym sobą i z innymi ludźmi,*
- *pogłębieniu rozumienia i wyrażania własnych myśli, uczuć i potrzeb,*
- *dowiedzeniu się jak postrzegają nas inni ludzie,*
- *zrozumieniu źródeł swoich reakcji na zachowania innych,*
- *zrozumieniu w jaki sposób i dlaczego wchodzimy w relacje z różnymi osobami,*
- *lepszemu rozumieniu siebie, rozpoznaniu źródeł swoich trudności i poznanie sposobów radzenia sobie z nimi,*
- *zwiększeniu pewności siebie i uzyskaniu umiejętności radzenia sobie z sytuacjami problemowymi.*

Al. Wojska Polskiego 54/3 (I piętro)
Szczecin
stricte.szn@gmail.com, www.stricte.org



KRS: 0000020938, NIP: 851-27-42-068,
REGON: 812378744,
PKO BP SA I O/ SZCZECIN
57 10204795 0000 9402 01440114



STOWARZYSZENIE NA RZECZ ROZWOJU SPOŁECZNEGO
„STRICTE”
THE ASSOCIATION FOR SOCIAL DEVELOPMENT

Terapię grupową prowadzą: Alicja Tomczak - Mirecka oraz Agnieszka Śmiechowska - odpowiedzialne za prawidłowy przebieg procesu grupowego oraz bezpieczeństwo uczestników.

Czas trwania: październik 2016 – czerwiec 2017

Koszt spotkania: 100 zł

Miejsce: Siedziba Stowarzyszenia STRICTE

Al. Wojska Polskiego 54/3, Szczecin

Zgłoszenia na konsultację wstępną: przyjmowane będą do **21 października 2016 r.**
Zgłoszenia można dokonać telefonicznie pod numerami: **604 406 936, 506 136 232**,
można się z nami również skontaktować drogą mailową: **stricte.szn@gmail.com**

Więcej na informacji temat kadry terapeutycznej znajdą Państwo na stronie www.stricte.org w [zakładce Kadra](#)

Al. Wojska Polskiego 54/3 (I piętro)
Szczecin
stricte.szn@gmail.com, www.stricte.org



KRS: 0000020938, NIP: 851-27-42-068,
REGON: 812378744,
PKO BP SA I O/ SZCZECIN
57 10204795 0000 9402 01440114
