

warsztaty terapeutyczne

bezpłatny cykl spotkań z psychologiem

Nie radzisz sobie ze stresem?
Odczuwasz napięcie i niepokój?
Przygnębia Cię codzienność?
Doświadczasz trudności w relacjach?

trwa
rekrutacja!

Pracujemy nad:

- opanowaniem nadmiernego stresu
- radzeniem sobie z emocjami i napięciem
- motywacją do podejmowania działań
- nawiązywaniem i utrzymywaniem relacji
- rozwijaniem pewności siebie
- skuteczną komunikacją
- radzeniem sobie w nowych sytuacjach
- samoświadomością i samorozwojem

Dla kogo:

- młodzież w wieku licealnym
- kameralne grupy
- obowiązuje konsultacja wstępna

Kiedy i gdzie:

- zaczynamy 18.09.2024 r.
- raz w tygodniu po 16:00
- czas trwania 1,5 godziny
- Centrum Neuropsychiatrii Neuromed
- ul. Białawieska 74A

zapisy przez formularz:



telefonicznie:
+48 690 580 652

prowadzi
**Małgorzata
Kubów**
psycholog
psychoterapeuta

Wrocław miasto spotkań

www.wroclaw.pl

Program
współfinansowany
przez Gminę
Wrocław