

WARSZTATY ROZWOJOWE

DLA NASTOLATKÓW (13-17 LAT)

LISTOPAD 2023 - CZERWIEC 2024

"Be YOUUnique"



8 spotkań po 6 godzin dydaktycznych raz w miesiącu (SOBOTA)
co daje 48 godzin pracy w grupie ze specjalistami

Tematyka Warsztatów

- JAK DOGADAĆ SIĘ Z INNYMI
- JAK RADZIĆ SOBIE W SYTUACJACH STRESOWYCH
- JAK BYĆ ASERTYWNYM
- JAK REGULOWAĆ EMOCJE
- SAMOCENA I BUDOWANIE POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI
- JA W RELACJI ZE ŚWIATEM

NOVE CENTRUM ROZWOJU JUSTYNA KOTOWICZ-WIERCIŃSKA
STARA CHATA ALA KORSZAK

JAK PRACUJEMY:

- Stawiamy na praktykę. Część teoretyczna zawsze znajduje odzwierciedlenie w zajęciach praktycznych. W takich warunkach uczestnicy będą mieli okazję trenować nowe umiejętności podczas ćwiczeń grupowych i indywidualnych, ucząc się, w jaki sposób mogą wyrażać swoje przemyślenia oraz poszukiwać nowych dróg do wykorzystania we własnym życiu.
- Uczestnicy otrzymają informacje zwrotne od trenerów na temat swoich mocnych stron oraz zasobów do pracy, które będą cenną wskazówką w ich osobistym życiu. W trakcie cyklu spotkań młodzież może liczyć na kontakt z terapeutami.
- Cykl zajęć rozpocznie się w listopadzie spotkaniem organizacyjnym z rodzicami. Podczas czerwcowego podsumowania rodzice otrzymają informacje zwrotne oraz wskazówki odnośnie sposobów wspierania swoich dzieci.
- Każdy blok zakończony będzie warsztatem arteterapeutycznym (malarstwo, rzeźba, fotografia, rękodzieło, sztuki przestrzenne, muzykoterapia) Efekty pracy uczestników zostaną zaprezentowane na wystawie wieńczącej cykl.
- Maksymalna liczba uczestników (max 16 osób)

**MIEJSCE WARSZTATÓW:
STARA CHATA HAĆKI 9**

**Zapraszamy do kontaktu
tel. 660586323
Messenger Stara Chata**

Koszt warsztatów 2400zł/os (przy wpłacie jednorazowej 5% rabatu)

Jeżeli jedyną przeszkodą uczestnictwa w warsztatach są koszty skontaktuj się z nami osobiście a postaramy się wypracować rozwiązanie