



## Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Gdyni

### PROWADZI REKRUTACJĘ DO GRUP DLA MŁODZIEŻY w wieku 13-16 lat

#### Dla kogo?

Jeżeli:

- Masz trudną sytuacją rodzinną
- Czujesz się niepewnie w kontaktach z rówieśnikami.
- Masz niskie poczucie własnej wartości.
- Czujesz, że jesteś inny.
- Przeżywasz smutek, lęk, przygnębienie lub cierpisz..
- Nie wiesz jaki jesteś.
- Czujesz się zagubiony.
- Masz problemy z wyrażaniem emocji.

To grupa może być dla Ciebie. Pomoże Ci w

- dotarciu i zrozumieniu uczuć, wynikających trudnych doświadczeń w rodzinie
- budowaniu poczucia własnej wartości,
- rozpoznawaniu własnych mocnych stron,
- rozwijaniu większej otwartości i odwagi w kontaktach z rówieśnikami,
- poznaniu własnych potrzeb i wartości
- nawiązywaniu dobrych relacji z rówieśnikami

**Termin realizacji:** wrzesień 2022 – czerwiec 2023

Szczegółowe informacje: 58 6630335 pn.-pt. 9.00-13.00 lub bezpośrednio psychoterapeutek prowadzących grupę:

- Magdalena Świstun **503800122**
- Magdalena Jabrocka **502156113**

Spotkania grupy będą odbywały się w środy w godz. **16.15-18.30 na terenie Gdyni**