

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://www.lomianki.pl/pl/kalendarium-wydarzen/17844,Trening-umiejtnosci-spoecznych-dla-doroslych-zajecia-grupowe.htm>

03.05.2024, 04:05

TUS DLA DOROSŁYCH

**CENTRUM TERAPII
SENS.**
www.centrum-sens.org

Trening umiejętności społecznych dla dorosłych, zwany skrótowo TUS, to grupowe zajęcia terapeutyczne mające na celu rozwój inteligencji emocjonalnej i podniesienie komfortu funkcjonowania w społeczeństwie.

Dla osób które chcą:

- poszerzyć kompetencje związane z doświadczaniem i wyrażaniem emocji
- podzielić się swoimi unikalnymi doświadczeniami i poznać perspektywę innych osób znajdujących się w podobnej sytuacji
- znaleźć zrozumienie i wsparcie
- poznać techniki radzenia sobie ze stresem, napięciem emocjonalnym
- udoskonalić strategie rozwiązywania sytuacji konfliktowych



Prowadzący:
Ama Plucińska - psychoterapeutka
Piotr Łodziński - psycholog, certyfikowany trener TUS.

Przed kwalifikacją do grupy TUS wymagana jest konsultacja indywidualna ze specjalistą, która pozwoli określić potrzeby uczestnika i strukturę grupy.

Opłaty:
Udział w zajęciach grupowych to koszt 200 zł/ cykl 12 spotkań, warsztaty współfinansowane ze środków Gminy Łomianki, w ramach zadania DWIE PRZESTRZENIE, opłata za konsultację indywidualną 180 zł.

Termin :
Poniedziałki godz. 20:00-21:30, 12 spotkań począwszy od 22.04.2024.


ŁOMIANKI
miasto możliwości

 +48 605-112-634  ul. Zachodnia 40 lok. 6
05-092 Łomianki  biuro@centrum-sens.org

Trening umiejętności społecznych dla dorosłych - zajęcia grupowe

ul.Zachodnia 40 lok.6, Łomianki

20.05.2024 20:00

Dla dzieci: Nie

Organizator:
Fundacja Per Aspera Ad Astra

Kontakt:
tel.605-112-634
email: biuro@centrum-sens.org

Zajęcia współfinansowane ze środków Gminy Łomianki

[Poprzedni Strona](#)
[Następny Strona](#)