

**Centrum Neuropsychiatrii NEUROMED SP ZOZ we Wrocławiu
przy ul. Białowieskiej 74a
realizuje program wsparcia psychologiczno-psychiatrycznego
dzieci i młodzieży zagrożonych kryzysem zdrowia psychicznego
oraz negatywnymi skutkami spożywania alkoholu i innych
substancji psychoaktywnych**

**Zapraszamy uczniów rozpoczynających naukę w szkole średniej do udziału w
warsztatach rozwoju emocjonalno-społecznego**

Podczas cotygodniowych spotkań uczestnicy będą mieli okazję:

- łatwiej odnaleźć się w nowym środowisku i budować relacje z rówieśnikami,
- rozwijać pewność siebie i wzmocnić poczucie własnej wartości,
- lepiej rozpoznawać, wyrażać i regulować emocje,
- skuteczniej radzić sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami,
- rozwijać umiejętności komunikacyjne, takie jak wyrażanie własnego zdania, prośenie o pomoc i stawianie granic,
- przełamywać nieśmiałość oraz zmniejszać lęk przed oceną,
- doświadczyć wsparcia grupy i poczucia, że nie jest się samemu z podobnymi trudnościami.

Warsztaty mają charakter psychoedukacyjny i rozwojowy. Nie są psychoterapią, lecz formą wsparcia pomagającą młodzieży lepiej odnaleźć się w nowym środowisku szkolnym i rozwijać umiejętności przydatne zarówno w relacjach z innymi, jak i w codziennym funkcjonowaniu.

Praca odbywa się w zamkniętej 10 osobowej grupie.

Przed rozpoczęciem cyklu uczeń wraz z rodzicem uczestniczy w konsultacji kwalifikacyjnej, podczas której wspólnie oceniamy, czy warsztaty będą odpowiednią formą wsparcia.

Prowadząca: Małgorzata Kubów – psycholog, psychoterapeutka

Rozpoczęcie: 16 września – zakończenie 16 grudnia 2026 r.

Spotkania: raz w tygodniu w środy o 17:00

Uwaga! Zapisy na spotkanie ze specjalistą odbywają się przez formularz:



lub telefonicznie 690 580 652 w godzinach 11:00-14:00

***Prosimy o podanie wszystkich wymaganych w formularzu informacji,
z zaznaczeniem: warsztaty M. Kubów***

PROGRAM FINANSOWANY PRZEZ MIASTO WROCŁAW

Wrocław miasto spotkań

www.wroclaw.pl