

zve na další

Sebepoznávací a růstové skupiny pro ženy

RY *Baví Vás zjišťovat, kým jako žena jste a můžete být?*

RY *Spíše než o rady a zaručené recepty stojíte o prostor, ve kterém je možné si hledat vlastní cestu?*

RY *Hledáte podporu pro to, co je pro Vás v životě důležité a myslíte si, že Vám v tom mohou pomoci jiné ženy?*

RY *Věříte, že svou zkušeností můžete být sama užitečná jiným ženám? (My ano!)*



Témata jednotlivých skupin:

- 1. Moc a bezmoc (22.09.2011) – Jak zacházíme se svou mocí? Kdy se naopak cítíme bezmocné? Může být v bezmoci síla a v síle bezmoc?**
- 2. Ženské věci (06.10.) – Existují ryze ženské filmy, knihy, kavárny, pocity, prožitky a zbraně? A kam si pro ně chodíme?**
- 3. Bohyně a mrchy (20.10.) – Jak to vypadá, když se cítíme v kontaktu s tím nejlepším v nás a když naopak mají navrch naše temné stránky?**
- 4. Jukebox:-) (03.11.) – navrhněte téma, které Vás oslovuje a domníváte se, že by mohlo rezonovat i v jiných ženách – dáme o něm hlasovat a vítěznému tématu se budeme věnovat na této skupině. Svoje návrhy posílejte na níže uvedený email.**

Místo konání: TERRA – Terapeutický a rozvojový ateliér, Čerchovská 6, Praha 2 – Vinohrady

Čas: 17:15-20:15 hod.

Cena: 300 Kč/skupina, nebo 1.000 Kč/všechny 4 skupiny, pokud je zaplatíte najednou na první skupině

Provázet Vás budou: Barbara Ernest, Barbora Krčmářová

Obě jsme psychoterapeutky s odborným zázemím v Gestalt terapii. Pojí nás přátelství, společná práce a podobný pohled na to, jak je smysluplné provázet lidi v jejich osobnostním růstu.

Přihlášky a bližší informace: Mgr. Barbara Ernest, [barbara.ernest{zavináč}terraweb.cz](mailto:barbara.ernest@zavináč.terraweb.cz) nebo 774 235 225

Uzávěrka přihlášek: vždy v pondělí před konáním skupiny

*Skupiny jsou **otevřené** – můžete přijít na všechny nebo si vybrat téma dle svého zájmu.*

*Skupiny jsou koncipovány jako **růstové**, nikoliv terapeutické. Pokud procházíte akutní životní krizí, i v takovém případě Vám rády budeme k dispozici – domluvte si s námi **individuální psychologickou konzultaci**.*

*V práci využíváme rozmanité **prožitkové** techniky (arteterapeutické, imaginativní apod.).*

*Všechny skupiny jsou vedeny s **respektem** k Vaším potřebám a možnostem. Do jaké míry budete chtít své prožitky sdílet s ostatními, záleží jen na Vás.*

www.terraweb.cz