

## GRUPY TERAPEUTYCZNE

Jeżeli:

- *wchodzisz w związki, które się dramatycznie rozpadają, a ty nie wiesz dlaczego;*
- *z ludźmi jest Ci trudno, jesteś nieśmiały, konfliktowy, masz trudności w bliskości;*
- *jest Ci też trudno z sobą, jesteś impulsywny, kierujesz się emocjami, potem tego żałujesz, nie czujesz siebie, kim jesteś dokąd zmierzasz, nie wiesz co chcesz z sobą zrobić, a lata mijają;*
- *doświadczasz przedłużającego się nadmiernego żalu lub smutku;*
- *uwikłałeś się w jakieś uzależnienie;*

to nasze grupy są dla Ciebie.



Grupy są otwarte i składają się z 7-9 osób oraz dwojga terapeutów. Spotykamy się raz w tygodniu po dwie godziny. Można wybrać poniedziałki lub środy.

Obecnie prowadzimy zapisy do grupy „środowej” (spotkania w godzinach: 18.30-20.30)

Przed przyjęciem do grupy zapraszamy na rozmowę wstępną.

Zapisy w sekretariacie Ośrodka Pomocy Psychologicznej „Bednarska”, tel. 22 828 54 83

Koszt każdego dwugodzinnego spotkania: 80 zł.

Dodatkowych informacji udzielają psychoterapeuci prowadzący:

Jacek Olchawski  
(psychoterapia.olchawski@gmail.com)

Bożena Seretny  
(bozenaseretny@gmail.com)