



UNIWERSYTECKIE CENTRUM WSPARCIA



JA W RELACJACH: STUDENCKA GRUPA ROZWOJU OSOBISTEGO

Warsztaty dla studentów i studentek UWM w Olsztynie

CEL SPOTKANIA: określenie własnych granic/budowanie satysfakcjonujących relacji/przechodzenie od zależności przez niezależność do partnerstwa i współzależności.

WARSZTAT SKŁADA SIĘ Z DWÓCH MODUŁÓW:

1. Ja w relacji ze sobą (samoocena a poczucie własnej wartości; uważność w odczytywaniu sygnałów płynących z ciała, myśli i emocji)
2. Ja w relacjach z innymi (cztery obszary budowania relacji: dawanie/branie/odmawianie/proszenie)

KIEDY?

03.01.2023
17.01.2023
07.02.2023
21.02.2023 17.00-20.00
07.03.2023
21.03.2023



PROWADZĄCA:
dr Lidia Willan-Horla

Trenerka Polskiego Towarzystwa Psychologicznego w zakresie umiejętności psychospołecznych, coach, konsultantka odporności psychicznej.



FORMULARZ ZGŁOSZENIA*

*wymagany tylko przy pierwszym zgłoszeniu do Ośrodka "Empatia"

ZAPISY

1

Zaloguj się do poczty uniwersyteckiej

2

W temacie wiadomości wpisz: "Ja w relacjach - zgłoszenie"

3

Dołącz do wiadomości uzupełniony
FORMULARZ ZGŁOSZENIA*

4

Wyślij zgłoszenie na adres:
EMPATIA@UWM.EDU.PL