

Williams ÉletKészségek stresszkezelő, kommunikációs készségfejlesztő csoport gyógyulófélben levő és gyógyult daganatos betegek számára

Csoportvezető: Rohánszky Magda szakpszichológus

Ezt a csoportot elsősorban gyógyulófélben levő és gyógyult daganatos betegeknek ajánljuk, akik a kezelések lezárultával szeretnék minél kiegyensúlyozottabban és sikeresebben élni mindennapi életüket. A csoport segít feldolgozni a betegségélményt, és lehetőséget nyújt arra, hogy változtassunk korábbi szokásainkon, fejlődjünk. A tréningen elsajátított készségek fejlesztik az önismeretet, és a fokozott stresszel összefüggő feszültségek tudatos csökkentése révén segítenek megőrizni, helyreállítani testi-lelki egészségünket. Hatékony kommunikációs technikák elsajátítása révén segít a mindennapi (munkahelyi, magánéleti) konfliktushelyzetek sikeresebb kezelésében, a munkatársi, baráti, családi kapcsolatok javításában. A program hatékonyságát tudományos vizsgálatok bizonyítják.

A tréning időtartama: összesen 16 óra (6 x 2,5 óra), csütörtöki napokon

A tréning kezdete: folyamatos

Résztevők száma: max. 12 fő (a jelentkezés sorrendjében)

Részvételi díj: az ingyenes részvételt a Tűzmadár Alapítvány támogatása teszi lehetővé

Jelentkezés, további információk: Tűzmadár Alapítvány 1037 Perényi út 28
Rohánszky Magda 30/4342852, mrohanszky@laszlokorhaz.hu