

Συντονισμός:

Τέση Μανουσάκη, Προσωποκεντρική Σύμβουλος-Επόπτρια, **Δρ. Μαρία Έρση Κολίρη**, Συμβουλευτική Ψυχολόγος

Ως γυναίκες από νωρίς αντιλαμβανόμαστε, κατανοούμε και αντιδρούμε στον κόσμο γύρω μας μέσα από τις σχέσεις: με γονείς, αδέρφια, συντρόφους, παιδιά, φίλους. Μια γυναίκα είχε πει κάποτε πως αν ο χρόνος και η ενέργεια που επένδυε με τις φίλες της στη συζήτηση των σχέσεων είχε χρηματικό αντίτιμο, τότε θα ήταν ...πλούσια! Και όμως, οι σχέσεις μας συχνά είναι πεδία σύγκρουσης, άγχους, ανταγωνισμού ματαιώσης. Ως αποτέλεσμα συχνά αν και σε σχέση, νιώθουμε βαθύτατα μόνες.

Μέσα από την ομαδική δουλειά, θα ξεκινήσουμε από την πιο σημαντική σχέση, αυτή με τον εαυτό μας καθώς καλύπτει καλύτερη επικοινωνία με τον εαυτό μας σημαίνει καλύτερος εντοπισμός των αναγκών μας και καλύτερη κάλυψη αυτών των αναγκών. Επίσης θα εμβαθύνουμε στην κατανόηση των συναισθημάτων, των θέσεων και των πεποιθήσεων μας και στο πώς αυτά επηρεάζουν τη συμπεριφορά και τις σχέσεις μας με τους άλλους. Θα ανακαλύψουμε τους τρόπους που μπορεί να «σαμποτάρουμε» την πραγματική επαφή παρά την ανάγκη που έχουμε γι' αυτή. Θα μιλήσουμε για το πώς επιλέγουμε τους ανθρώπους που μας συντροφεύουν. Για το πόσο τελικά άντρες και γυναίκες είμαστε διαφορετικοί και τι σημαίνει αυτό για την επικοινωνία. Για το παρελθόν μας, το παρόν και το μέλλον.

Συμμετοχή: 30 ευρώ κατ'άτομο ανά εβδομάδα, 25 ευρώ για άνεργες γυναίκες, φοιτήτριες ή με σημαντικές οικονομικές δυσκολίες.

Για την αποτελεσματικότερη λειτουργία της ομάδας θα κρατηθεί μικρός αριθμός συμμετεχόντων (έως 5). ***Η έγκυρη δήλωση συμμετοχής είναι απαραίτητη.***

Διεύθυνση: Πανόρμου και Μαρούσι Αττικής

Από: Οκτώβρη 2012