

Ukraińskojęzyczna grupa psychoterapeutyczna dla młodzieży

Grupa dla ukraińskojęzycznej młodzieży i dzieci w wieku 15-18 lat. Udział w grupie przyda się tym nastolatkom, które mają problemy z przystosowaniem się do nowego środowiska językowego, w szkole lub liceum, a także tym, którzy zostali zmuszeni do wyjazdu za granicę z rodzicami w wyniku wojny ukraińsko-rosyjskiej.

Głównym celem grupy jest poszerzenie kręgu komunikacji, a także wsparcie psychologiczne w ciepłej i bezpiecznej przestrzeni terapeutycznej. Ponadto uczestnictwo w grupie pozwala na zdobycie umiejętności rozpoznawania własnych emocji i potrzeb, budowania zdrowych relacji oraz szukania konstruktywnych sposobów rozwiązywania problemów.

Udział w grupie jest możliwy po uprzednich konsultacjach z rodzicami i dziećmi. W trakcie funkcjonowania grupy rodzice mają możliwość dwukrotnej konsultacji psychoterapeutycznej z prowadzącymi grupę.

Ważne informacje:

- **Dla kogo jest ta grupa?** Dla ukraińskojęzycznej młodzieży w wieku 15-18 lat
- **Jak można się zapisać?** Wystarczy napisać wiadomość na adres e-mail: osrodek@osrodekprzystan.com lub zadzwonić pod numer: 690 305 605, 690 605 701
- **Jakie są opłaty?** Spotkanie kosztuje 30 zł
- **Jak często będą odbywały się spotkania?** Spotkania będą odbywały się raz w tygodniu, w poniedziałki od 17:30 do 19:00, we Wrocławiu przy ulicy Nowowiejskiej 114/1

Dla kogo jest ta grupa?

- dla dzieci i młodzieży, które mają problemy z samooceną
- dla dzieci i młodzieży, które mają trudności z porozumiewaniem się z rówieśnikami i rodzicami

- dla dzieci i młodzieży, które mają trudności z przystosowaniem się do nowego środowiska
- dla dzieci i młodzieży z trudnościami w rozpoznawaniu i przeżywaniu własnych emocji
- dla tych, którzy potrzebują wsparcia w ciepłym i bezpiecznym środowisku ukraińskojęzycznym

Co daje grupa młodzieżowa?

- poszerzenie kręgu komunikacji
- pokonywanie trudności w nawiązywaniu kontaktów
- umiejętność rozpoznawania własnych potrzeb
- umiejętność budowania relacji międzyludzkich
- poszukiwanie zasobów osobistych
- lepsze zrozumienie swoich emocji i przeżywania ich
- wsparcie adaptacyjne w nowym środowisku

Prowadzące:

Sofiia Fostiak – lekarz, psychoterapeutka. W 2020 roku ukończyła Lwowski Narodowy Uniwersytet Medyczny imienia D. Halickiego. W tym samym roku otrzymała europejskie uznanie jako lekarz w UMB w Białymstoku. Pracuje w nuncie psychodynamicznej, specjalizacja – psychoanaliza indywidualna i grupowa, psychoterapia młodzieży i dorosłych.

Julia Martyn – psycholog, psychoterapeutka, muzykoterapeutka. Doświadczenie zawodowe zdobywała we Lwowskim Obwodowym Szpitalu Psychoneurologicznym, gdzie od 2018 roku prowadzi psychoterapię grupową i indywidualną z pacjentami. Ukończyła studia psychologiczne na Lwowskim Uniwersytecie Narodowym im. Iwana Franka. Obecnie kończy studia jako psychoterapeuta we Lwowskim Instytucie Psychoanalitycznym Zdrowia Psychicznego (psychoanaliza). Pracuje w nuncie psychoanalitycznej z dorosłymi i młodzieżą. Jest członkiem rzeczywistym Ukraińskiej Spółki Psychoterapeutów oraz Stowarzyszenia Muzykoterapeutów Ukrainy.

Молодіжна україномовна група

Оголошується набір в психотерапевтичну групу для україномовних підлітків та дітей віком від 15-18 років. Участь у групі буде корисна тим підліткам, хто має проблеми у адаптації в новому іномовному середовищі, в школі, чи ліцеї, а також для тих, хто внаслідок українсько-російської війни був змушений разом з батьками виїхати закордон. Першочерговою ціллю занять в групі є розширення кола спілкування, а також психологічна підтримка в теплому та безпечному терапевтичному просторі. Окрім цього участь в групі дає змогу здобути навички розпізнавати власні емоції та потреби, будувати здорові стосунки та шукати конструктивних шляхів вирішення проблем. Участь у групі можлива за попередньою співбесідою з батьками та дитиною. В часі функціонування групи батьки мають можливість двічі отримати психотерапевтичну консультацію з ведучими групи. Тривалість групи 1,5 години, вартість участі – 30 злотих за одну сесію.

Важлива інформація:

- **Для кого є ця група?** Для україномовної молоді віком від 15 до 18 років
- **Як можна записатись?** Достатньо написати повідомлення на емейл: або зателефонувати за номером 690 305 605, 690 605 701
- **Яка вартість?** 30 злотих за зустріч
- **Як часто проводяться зустрічі?** Зустрічі будуть відбуватись один раз на тиждень, щопонеділка з 17.30 до 19.00 у Вроцлаві за адресою: вул. Nowowiejska 114/1

Для кого є ця група?

- для дітей та підлітків, які мають проблеми із самооцінкою
- для дітей та підлітків, що мають труднощі в комунікації з однолітками та батьками

- для дітей та підлітків, яким складно адаптуватись у новому середовищі
- для дітей та підлітків з труднощами у розпізнаванні та проживанні власних емоцій
- для тих, хто потребує підтримки в теплому та безпечному українському середовищі

Що дає участь в груповій терапії?

- розширення кола спілкування
- подолання труднощів у встановленні контактів
- здатність розпізнавання власних потреб
- навик будувати міжособистісні стосунки
- пошук особистісних ресурсів
- краще розуміння своїх емоцій та переживань
- супровід адаптації в новому середовищі

Ведучі групи

Софія Фостяк – лікар, психотерапевт. У 2020 році закінчила Львівський національний медичний університет ім. Д. Галицького. В тому ж році отримала європейське визнання кваліфікації лікаря у УМВ, м. Бялисток, Польща. Працює в психодинамічному напрямку, спеціалізація – індивідуальний та груповий психоаналіз, психотерапія підлітків та молоді.

Юлія Мартин – психолог, психотерапевт, музикотерапевт. Отримала професійний досвід у Львівській обласній психоневрологічній лікарні, де проводила групову та індивідуальну психотерапію з пацієнтами з 2018 року. Освіту психолога здобула у Львівському національному університеті ім.І.Франка. Зараз завершує навчання психотерапевта у Львівському психоаналітичному інституті ментального здоров'я (психоаналіз). Працює в психоаналітичному напрямку з дорослими та підлітками. Є дійсним членом Української спілки психотерапевтів та Асоціації музикотерапевтів України.