**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА АПП ЮФУ**

**ПРОВОДИТ НАБОР В ТЕРАПЕВТИЧЕСКУЮ ГРУППУ «ИНСАЙТ»**

**ПЕРВОЕ БЕСПЛАТНОЕ ЗАНЯТИЕ ПРОЙДЕТ 14 МАРТА С 13.00 ДО 15.00**

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ВСТРЕЧИ ПО СУББОТАМ (ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ), ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ВСЕХ ВСТРЕЧ, КРОМЕ ПЕРВОЙ, УТВЕРЖДАЕТСЯ С УЧАСТНИКАМИ ГРУППЫ. АДРЕС: ПРОСПЕКТ НАГИБИНА, 13, ЗДАНИЕ ЮФУ, 1 ЭТАЖ ОФИС «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИКЛИНИКИ» АПП ЮФУ

 ЦЕНА ОДНОЙ ВСТРЕЧИ 500 РУБ.
ЗАПИСЬ ПО ТЕЛ. 89287777322 САРГИС, 89287770510 СВЯТОСЛАВ .

ВЕДУЩИЕ: ТЕЛЬНОВ С.В., ГРИГОРЯН С.С.

**На этой группе вы сможете узнать:**

- о своей самооценке (зависимость от внешней оценки; тема личных границ);
- об отношениях (поиск партнера, анализ неудачного опыта, развод);
- о проблемах в семье (развитие способности к диалогу, уважение к границам друг друга, прохождение кризисов в паре, преодоление конфликтов, детско-родительские отношения);
- работа с острыми конфликтами, принятие срочных решений, подготовка к важным событиям, вызывающим тревогу - в рамках краткосрочной терапии.

**Наша группа поможет вам:**

- найти в себе ресурсы;

- повысить свою осознанность;

- выстраивать отношения с людьми;

- повысить свою самооценку;

- проработать внутренние и внешние конфликты;

- демонстрировать себя с наилучшей стороны.