

Проект «Дорога к Дому»

13.03.2020

Друзья, приглашаем Вас принять участие в психологической проекте «Дорога к Дому». Он будет проходить в ресурсном центре НКО ЗАО г. Москвы, по адресу Рублевское шоссе д.81,к.1. м. Кунцевская. [#НКОЗАО](http://душевная.москва/ru-RU/news).

Время проведения 2 и 4 -я пятницы месяца.с 16:00-19:00.

Проект проводят психологи центра по оказанию психологической помощи населению «Ступени восхождения» <http://душевная.москва/ru-RU/firm/firm/view.html>

Проект направлен на развитие осознанного отношения к жизни. Способности находить выход из возникших кризисов. Состоит из трех блоков : «Я и Мы», «Семья», «Наши дети».

В процессе занятий исследуем свою личность и ее стратегии поведения в мире.

1. Определим свои чувства и желания. Точки развития и роста.
2. Рассмотрим насколько я удовлетворен(а) своей жизнью. Что мне нравится и что я хочу улучшить.
3. Проанализируем мои взаимоотношения с близкими, окружающими меня людьми. На основании каких стратегий я их строю.

В процессе занятий используются: арт-терапия,ролевые игры, дискуссии, беседы, анализ жизненных ситуаций.

По итогам занятий:

1. Проявятся ресурсы личности
2. Способность выбирать эффективные стратегии поведения
3. Улучшения качества жизни.

Контактный телефон для записи :WhatsApp 8(926)912-42-24.

Адрес страницы: <http://filevsky-park.mos.ru/ads-new/detail/8756506.html>

[Управа района Филевский парк города Москвы](#)