



Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Czarnym Borze oraz Dział Profilaktyki Uzależnień Departamentu Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego zaprasza do udziału w

„Programie Rozwoju Osobistego”

Adresatami są:

- przede wszystkim osoby uzależnionych od alkoholu i narkotyków, osoby współuzależnione i Dorosłe Dzieci Alkoholików dla których będzie to etap terapii pogłębionej i rehabilitacji, będący kontynuacją podjętej już wcześniej pracy nad sobą, głównie w ośrodkach terapii uzależnień.
- jest także dla tych osób, które chcą wspomóc własny rozwój osobisty głębszymi oddziaływaniami psychologicznymi, oraz do liderów ruchów samopomocowych.

Celami SPZiT są:

- odkrycie swoich zalet i źródeł problemów w kontaktach interpersonalnych,
- konstruktywne kontaktowanie się ze samym sobą,
- rozpoznanie i nazwanie najważniejszych problemów osobistych,
- trenowanie umiejętności rozwiązywania problemów osobistych,
- budowanie poczucia mocy i poczucia osobistej skuteczności,
- trenowanie umiejętności pracy z osobami w trudnej sytuacji życiowej.

Organizacja SPZiT:

1. Studium odbywa się w 5 częściach, obejmuje 175 godzin szkoleniowych.
2. Maksymalna liczba uczestników 10 osób – decyduje kolejność zgłoszeń.



**WOJEWÓDZKI OŚRODEK TERAPII UZALEŻNIENIA
I WSPÓLUZALEŻNIENIA**
58-379 Czarny Bór, ul. Parkowa 8

tel. (74) 84 50 125, fax (74) 84 50 290, e-mail: biuro@zlo.czarnybor.pl www.zlo.czarnybor.pl

Terminy i tematy:

Lp.	Temat	Termin	Godziny
1.	Trening interpersonalny	6-10 maja 2019	poniedziałek od 9:00 do piątek 15:00
4.	Trening intrapsychniczny	3-7 czerwca 2019	poniedziałek od 9:00 do piątek 15:00
5.	Trening Asertywności	12-14 lipca 2019	piątek od 17:00 do niedziela 15:00
6.	Trening Kontroli Złości	9-11 sierpnia 2019	piątek od 17:00 do niedziela 15:00
7	Trening Twórczego Myślenia	13-15 września 2019	piątek od 17:00 do niedziela 15:00

Udział w PRO jest bezpłatny – zajęcia dydaktyczne realizowane będą przy wsparciu finansowym Samorządu Województwa Dolnośląskiego.

Kontakt i zgłoszenia:

Małgorzata Skwira-Nowakowska

e-mail: biuro@zlo.czarnybor.pl

tel.: **74 845 02 00**