

## **INSIDE STORIES: GRUPA MENTALIZACYJNA DLA PAR**

Para daje początek rodzinie. To właśnie w kontekście związku dwojga relacje są najbardziej napięte, najbardziej kochające i najbardziej intensywne emocjonalnie. "Bycie parą" to miejsce, w którym rozwijamy poczucie siebie i drugiego oraz gdzie nasze rozpoznanie tego, kim jesteśmy, współtworzy się poprzez liczne interakcje z drugą osobą. Zapraszamy do wspólnego odkrywania, co Was łączy, na spojrzenie na siebie z zewnątrz, a na drugiego od wewnątrz.

### **Cel:**

Podczas spotkań będziemy przybliżamy koncepcję mentalizacji, by dzięki niej wzbudzić zainteresowanie stanami psychicznymi, własnymi i innych. Dzięki temu ma szansę rozwinąć się autentyczna ciekawość i lepsza zdolność rozpoznawania tego, co dzieje się w chwilach niepokoju i konfliktów u obojga osób

### **Dla kogo?:**

Grupa jest dedykowana osobom, które mimo wspólnego pragnienia harmonijnej, wspierającej i otwartej na rozwój relacji, doświadczają napięcia, stresu oraz frustracji w obszarze wzajemnego zrozumienia. Ta formuła pracy może być również wsparciem dla par, które chcą poszerzać obszar poznania siebie samych oraz partnerów.

### **Formuła spotkań:**

Udział w grupie złożonej z sześciu par. Spotkania grupy są prowadzone przez dwoje terapeutów.

### **Sposób pracy:**

Psychoedukacja, praca terapeutów z poszczególnymi parami i z całą grupą.

**Zapisy: 509 953 508. Nabór trwa.**

**Miejsce:** Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Bemowo ,  
ul. Pełczyńskiego 28 E

**Termin:** wtorki co tydzień, godz. 8.00 - 9.30

**Czas trwania:** 15 tygodni. Spotkania grupy poprzedzone są konsultacjami indywidualnymi par z prowadzącymi.

**Prowadzący:** Tomasz Jurczyk i Weronika Rybak