



Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων
και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής
Υγείας Π.Ε. Σάμου

Ο Συμβουλευτικός Σταθμός του Πανεπιστημίου Αιγαίου (αποτέλεσμα συνεργασίας Κέντρου Πρόληψης «Φάρος» & Πανεπιστημίου Αιγαίου) προγραμματίζει την υλοποίηση ομάδας προσωπικής ανάπτυξης για φοιτητές.

Τι σημαίνει ομάδα προσωπικής ανάπτυξης... με λίγα λόγια...

Πρόκειται για μια διαδικασία κατά την οποία οι συμμετέχοντες, μέσα από την ανταλλαγή σκέψεων, εμπειριών αλλά και με τη βοήθεια του συντονιστή/ειδικού και τις δραστηριότητες που θα προτείνονται, έχουν τη δυνατότητα να γνωρίσουν καλύτερα τον εαυτό τους, να αναγνωρίσουν τα δυνατά σημεία και τις αδυναμίες τους, να συζητήσουν για τον τρόπο επικοινωνίας & έκφρασης συναισθημάτων τους.

Ο αριθμός συμμετεχόντων είναι περιορισμένος και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Τα άτομα που θα συμμετέχουν είναι σταθερά (δεν εναλλάσσονται), γιατί ο στόχος είναι να δημιουργηθεί ένα κλίμα ασφάλειας και εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών, που θα αυξάνεται όσο προχωρά η διαδικασία κι όσο τα μέλη αποκτούν την αίσθηση της ομάδας. Η εμπειρία έχει δείξει ότι μια ομάδα λειτουργεί καλά όταν υπάρχει η δέσμευση από την πλευρά των μελών για όσο το δυνατόν συστηματικότερη συμμετοχή γι' αυτό και η ομάδα «κλείνει» μετά τη δεύτερη συνάντηση (δεν μπορούν δηλαδή να ενταχθούν σε αυτή νέα μέλη).

Πρόκειται για ένα κύκλο 10-12 συναντήσεων δίωρης διάρκειας που θα πραγματοποιούνται ανά 15νήμερο στο χώρο της Ίριδας. Η ακριβής ημέρα και ώρα διεξαγωγής της ομάδας θα ανακοινωθεί στα ενδιαφερόμενα μέλη αμέσως μετά την ολοκλήρωση των συμμετοχών. Ο ελάχιστος αριθμός για τη διεξαγωγή της ομάδας είναι 15 άτομα.

Η αίτηση συμμετοχής κρίνεται απαραίτητη. Μπορείτε να δηλώνετε συμμετοχή στα τηλέφωνα του Φάρου (22730 23443 & 87070) ή στο mail του Φάρου (kpfaros@gmail.com).