

Alternatywa - pierwsze spotkanie za nami!

We wtorek 7 maja odbyło się pierwsze spotkanie inicjujące działanie Klubu Młodzieżowego Alternatywa. Zajęcia poprowadził Szymon Kutrzuba terapeuta z inowrocławskiego ośrodka KORT. Uczestnicy warsztatów pracowali nad wzajemnym poznaniem oraz integracją grupy. Była możliwość przyjrzenia się samemu sobie w czasie różnych ćwiczeń, odnajdywania się w rolach jakie się pełni i identyfikowania własnych emocji, które towarzyszą w czasie nowych sytuacji. Kto z nas na co dzień jest maszynistą, wagonem albo lokomotywą? Mieliśmy możliwość i okazję zobaczyć w jakich sytuacjach czujemy się lepiej, bardziej komfortowo i bezpieczniej, a które role społeczne wprawiają nas w dyskomfort i złe samopoczucie. W czasie zajęć odkrywaliśmy co kryje się pod nazwą Alternatywa, jakie rodzaje warsztatów składają się na całość działań oraz jak wzajemnie poszczególne działania będą się uzupełniały tak, aby dążyć do wspólnego celu. Wyjątkowo smaczny posiłek regeneracyjny (bułki z gyrosem!) dodał sił przy podejmowaniu trudnych wyborów - które z warsztatów wybrać.



Alternatywa - pierwsze spotkanie za nami!

