

Co je psychočajovna?

- příležitost strávit dvě hodiny nad tématy, která nějak souvisí s psychologií: * jaký jsem, * jaké jsou moje cíle, * jak vypadají moje vztahy, * jak komunikuji, * jak umím spolupracovat... atd. atd. ... a třeba i zamyšlením, s čím z toho jsem spokojený, a co a jak by bylo možné změnit
- možnost ovlivnit téma čajovny, říct si, co vás zajímá a čemu se chcete věnovat
- šance něco se dozvědět o sobě a o druhých, přispět svou zkušeností či se poučit ze zkušeností ostatních
- povídání a diskutování, hraní her a hříček, čas na zamyšlení i čas na sdílení
- skupinka maximálně deseti podobně naladěných lidí, a jedna psycholožka, která to celé tak trochu povede (ale co nejvíc práce nechá na vás ;)
- příjemné prostředí čajovny v Kníničkách, dobrý čaj a něco na zub k němu



Co psychočajovna není?

- psychoterapie
- prostor pro řešení psychických obtíží

A organizačně:

- psychočajovna je záležitost opakovaná, bude se konat 1-2x měsíčně, vždy ve čtvrtek
- jde o otevřenou skupinku – můžete přijít pokaždé, občas nebo jen jednorázově
- maximální počet účastníků je stanoven na 10 – proto vás prosíme, abyste nám předem dali vědět, že dorazíte (e-mailem, smskou na 739 324 280), třeba i v den konání – kdyby už náhodou bylo plno, obratem vás o tom informujeme, také prosíme o odhlášení, pokud již nahlášení budete a zjistíte, že nepřijдете (to aby se neblokovalo místo pro někoho dalšího)

První setkání:

- se koná **ve čtvrtek 19.1. od 20.00**, na téma: ***Jak se vidím já/jak mě vidí druzí***



- přijďte si vyzkoušet pár aktivit inspirovaných tímto tématem a zamyslet se nad otázkami jako:

*Jak sami sebe prezentujeme? Jací jsme uvnitř/co z toho ukazujeme navenek?
Kdy může být užitečné ukázat víc a kdy zas méně? A kolik různých „tváří“ vlastně máme?*