



Ungdomsgrupp!

Vill du vara en del av en grupp, få nya vänner, utvecklas och samtidigt ha kul på vägen?

Alla vill vi känna att vi duger och att vi är bra.

Alla vill vi ha vänner som man kan skratta och dela med sig till.

Ibland kan det vara jobbigt med pressen från alla håll och hur är det egentligen med kärleken?
I gruppen är alla lika viktiga och samhörigheten hjälper till att stärka oss.

Vi kikar på vår självkänsla, våra rädslor, kärlek, relationer, personlig utveckling och andra frågor som berör oss i livet.

Samtidigt har vi kul och hittar på olika aktiviteter som vi själva bestämmer.



Gruppen är för både killar och tjejer med möjlighet till egna kill- och tjejgrupper.

Arbetsätt:

Detta är en kraftfull, kreativ och insiktsfull workshopserie i gruppcoaching för ungdomar. En främjande workshop med ungdomarna i fokus. Metoden är kognitivt inspirerad och följer traditionell livscoaching anpassad för grupper i alla åldrar. Syftet är att skapa ett medvetande kring gruppen och den egna individen, med ämnen som självkänsla, konflikthantering, drömmar och andra ämnen som ligger centralt i deras liv och utveckling just nu.

Vi kommer att jobba med aktiviteter tillsammans med gruppen och individuellt, gruppen får själv vara med och bestämma vad träffarna ska innehålla och vad de vill göra när vi ses.

Under träffarnas gång kommer även gästföreläsare eller andra nyckelpersoner, kopplade till aktuellt tema att bjudas in.

Denna tiden är till för Ditt barn och hans/hennes egen inre utveckling.

Tillfällen:

12/4 kl. 18:30–20:00 torsdag Introduktion, öppen för föräldrar.

15/4 kl. 11:00–18:00 söndag

6/5 kl. 11:00–18:00 söndag

16/5 kl. 18:30–21:00 onsdag

27/5 kl. 11:00–18:00 söndag

7/6 kl. 18:30–21:00 torsdag

17/6 kl. 11:00–18:00 söndag

26/8 kl. 11:00–18:00 söndag

6/9 kl. 18:30–21:00 torsdag

16/9 kl 11:00–18:00 söndag

23/9 kl. 12:00–16:00 söndag, avslutning



Plats: Sankt Eriksgatan 117A (ibland åker vi iväg och hittar på något spännande och kul).

Investering: 2700 kr/person, eller 300 kr per gång. Betalningen kan delas upp.

Inkl. fika och arbetsmaterial samtliga tillfällen.

Anmälan och frågor görs till:

Sara Hermansson,

Certifierad Livscoach & Ungdomscoach

E-post: info@livscoachsara.se

Tel. 08-5151 0858

