

Gemeinsam statt einsam

Gruppenprogramm

Du hast vielleicht gerade das Studium begonnen, oder bist in eine neue Stadt gezogen und fühlst dich manchmal noch etwas einsamer als dir lieb ist? Du bist sehr aktiv auf Social Media, im realen Leben fällt es dir aber schwer auf Menschen zuzugehen oder neue Leute kennenzulernen?

Jonas Bamert von der psychologischen Beratungsstelle bietet ab April 2019 erstmals ein Programm an, welches dich darin unterstützen soll, gefühlte Einsamkeit zu reduzieren und deine sozialen Fertigkeiten zu erweitern.

In vier Terminen in der Gruppe und einem Einzelgespräch wird beleuchtet, welche eigenen Muster uns einsam machen, wie wir Beziehungen reaktivieren können und wie wir neue dazugewinnen.



Wann: 11./18./25. April & 2. Mai 2019, 17:00 – 18:30 Uhr

Wo: Psychologische Beratungsstelle Campus Luzern, Altes Zeughaus

Anmeldung: bis 31. März 2019 an info@pblu.ch

Psychologische Beratungsstelle Campus Luzern www.pblu.ch