

# Metakognitivní trénink: **OŘECH**

**V úterý 15:15–16:45**

**Program je určený primárně pro lidi se zkušeností s psychotickým onemocněním, v případě volné kapacity i pro lidi s jiným závažným duševním onemocněním.**



**Další běh začíná v dubnu 2022.**

Cílem programu je naučit se hravou formou efektivně pracovat s vlastními myšlenkami a přesvědčeními, rozpoznávat depresivní i jiné vzorce myšlení, porozumět emocím u sebe i u druhých lidí a používat kritické myšlení.

**KONTAKT NA VEDOUCÍ PROGRAMU**

Mgr. Anna Říhová

anna.rihova@ondrejov.cz, 221 633 641