

Regulamin

Trening regulacji emocji dla dorosłych w spektrum autyzmu

„Zmęczenie, którego nie widać”

Regulamin obowiązuje od 20 października 2026 r.

§1 Postanowienia ogólne

1. Organizatorem treningu jest Uroboros, Centrum Psychoterapii i Diagnostyki, ul. Piotrkowska 65, lokal 29, Łódź.
2. Trening prowadzą Magdalena Wojtalik i Gabriela Kasińska, zespół psychologów z Uroboros.
3. Trening ma charakter psychoedukacyjny i rozwojowy, nie jest psychoterapią grupową.

§2 Warunki uczestnictwa

1. Trening jest przeznaczony dla osób dorosłych posiadających formalną diagnozę spektrum autyzmu. Zalecany wiek uczestników to 18-35 lat. O udziale osób spoza tego przedziału decydują prowadzące podczas konsultacji kwalifikacyjnej.
2. Warunkiem zakwalifikowania jest udział w płatnej konsultacji kwalifikacyjnej (100 zł, 30 minut). Konsultacja odbywa się online.
3. Konsultacje kwalifikacyjne są umawiane z osobami zapisanymi wtedy, gdy liczba zgłoszeń pozwala na uruchomienie grupy.
4. Kryteria wykluczenia: aktywne uzależnienie, ostry epizod psychiatryczny, aktualne ryzyko samobójcze, niepełnosprawność intelektualna, trudności komunikacyjne uniemożliwiające pracę grupową.
5. Równoległa terapia indywidualna nie jest wymogiem uczestnictwa, ale jest dozwolona i może odbywać się jednocześnie z treningiem.
6. Organizator zastrzega sobie prawo odmowy zakwalifikowania osoby, dla której program nie byłby odpowiednią formą wsparcia, o czym osoba zostanie poinformowana wraz z uzasadnieniem.

§3 Zasady organizacyjne

1. Trening obejmuje 12 spotkań, po 2 godziny każde, co dwa tygodnie, w środy w godzinach 18:00-20:00.
2. Spotkania odbywają się stacjonarnie w siedzibie Uroboros, Centrum Psychoterapii i Diagnostyki, ul. Piotrkowska 65, lokal 29, I piętro, Łódź.
3. Grupa liczy 8 osób. Trening prowadzą jednocześnie dwie osoby prowadzące.
4. Trening rozpocznie się po zakwalifikowaniu 8 uczestników. Planowany termin rozpoczęcia to początek 2027 r.
5. Do 31 grudnia 2026 r. organizator przekaze osobom zapisanym termin rozpoczęcia treningu oraz daty wszystkich 12 spotkań. Jeśli do tego czasu grupa nie zbierze się w pełnym składzie, organizator poinformuje zapisane osoby o dalszych krokach.
6. Harmonogram wszystkich 12 spotkań jest przekazywany uczestnikom z góry, przed rozpoczęciem cyklu.

§4 Płatności

1. Koszt konsultacji kwalifikacyjnej wynosi 100 zł za 30 minut i jest płatny niezależnie od wyniku kwalifikacji.
2. Dla osób, które ukończyły diagnostykę w Uroboros, konsultacja kwalifikacyjna jest bezpłatna, na podstawie zaproszenia na bezpłatną konsultację kwalifikacyjną.

3. Koszt jednego spotkania treningu wynosi 200 zł.
4. Cena spotkania nie zmienia się w trakcie trwania cyklu dla osób w nim uczestniczących.
5. Płatność za spotkania w danym miesiącu dokonywana jest z góry, przelewem na numer konta wskazany uczestnikom, najpóźniej do 10. dnia miesiąca.
6. Termin płatności za pierwszy miesiąc cyklu zostanie podany uczestnikom wraz z harmonogramem spotkań.
7. W tytule przelewu prosimy podać swoje imię i nazwisko oraz nazwę miesiąca, za który jest płatność.
8. Nieobecność na spotkaniu nie zwalnia z obowiązku zapłaty za nie ani nie uprawnia do zwrotu wniesionej opłaty.

§5 Poufność i superwizja

1. Wszystko, co dzieje się podczas spotkań grupowych, objęte jest zasadą poufności, zarówno ze strony prowadzących, jak i uczestników wobec siebie nawzajem.
2. Praca prowadzących podlega regularnej superwizji. W jej ramach mogą być omawiane przebieg i dynamika grupy, bez ujawniania danych pozwalających na identyfikację uczestników.

§6 Zasady pracy w grupie

1. Uczestnicy traktują się z szacunkiem i życzliwością. Nie oceniają ani nie krytykują wypowiedzi, sposobu komunikacji ani sposobu bycia innych osób.
2. Każdy uczestnik może brać udział we własnym tempie i formie. Może nie zabierać głosu, zrezygnować z ćwiczenia lub na chwilę wyjść do miejsca wyciszenia, bez konieczności tłumaczenia się.
3. Uczestnicy starają się przychodzić punktualnie. O spóźnieniu lub nieobecności prosimy informować prowadzące z wyprzedzeniem, jeśli to możliwe.
4. Uczestnicy informują prowadzące o swoich potrzebach, trudnościach i uwagach dotyczących grupy, w wybranej przez siebie formie: na spotkaniu, osobiście po spotkaniu lub mailowo.
5. Informacje zwrotne przekazywane innym uczestnikom są życzliwe i konkretne. Dotyczą zachowania lub sytuacji, nie samej osoby.
6. Zachęcamy do ćwiczenia umiejętności między spotkaniami. Zadania są dobrowolne i dostosowane do możliwości uczestnika.
7. Uczestnicy nie wchodzi z sobą w relacje intymne ukrywane przed prowadzącymi i pozostałymi uczestnikami.
8. Na spotkania uczestnicy przychodzą trzeźwi, bez wpływu alkoholu ani innych substancji psychoaktywnych. Zasada nie dotyczy leków przyjmowanych zgodnie z zaleceniem lekarza. Prowadzące mogą poprosić o opuszczenie spotkania osobę, która nie przestrzega tej zasady.
9. Na pierwszym spotkaniu grupa wspólnie z prowadzącymi może uzupełnić powyższe zasady o własny kontrakt grupowy.

§7 Frekwencja

1. Trzy kolejne, nieusprawiedliwione nieobecności skutkują zakończeniem udziału w treningu.
2. Wyjątkiem są udokumentowane sytuacje: hospitalizacja lub choroba.

§8 Rezygnacja

1. Uczestnik może zrezygnować z udziału w treningu w dowolnym momencie.
2. Rezygnacja nie wiąże się ze zwrotem wniesionych opłat.

§9 Postanowienia końcowe

1. Organizator dokłada wszelkich starań, aby przeprowadzić trening zgodnie z harmonogramem. Z ważnych przyczyn, w tym choroby prowadzącej, zdarzeń losowych lub istotnej zmiany liczby uczestników, spotkanie może zostać przełożone. O każdej zmianie uczestnicy zostaną poinformowani z możliwie dużym wyprzedzeniem.
2. Rażące lub powtarzające się naruszanie zasad niniejszego regulaminu może skutkować zakończeniem udziału w treningu. Decyzję podejmują prowadzące, w miarę możliwości po wcześniejszej rozmowie z uczestnikiem.
3. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem decyzję podejmują prowadzące, w porozumieniu z Uroboros.