



SEMINARAS

Kas slepiasi po mano pykčiu?

Balandžio 2 d. (šeštadienį)

Neretai pyktis yra tik ledkalnio viršūnė, kuri kartais pasirodo labai tyliai, o kartais išlenda staigiai ir su trenksmu. Tačiau žvelgiant giliau matysime, kad po pykčio šarvais gali slėptis trapioji mūsų dalis - bejėgiškumas, vienišumas, netobulumas, gėda, kaltė, baimės ir kiti jausmai. Seminaro metu bandysime juos pamatyti, patyrinėti kas su mumis atsitinka, kai imame juos jausti, pažiūrėsime, ar galime leisti jiems būti, galbūt, kai kuriems iš jų, rasime vietą savo gyvenime.

KAIP? Užsiėmimų metu apie pyktį, gėdą ir kitus jausmus kalbėsime, bandysime juos atpažinti ir pamatyti piešdami, judėdami, dalindamiesi skirtingais išgyvenimais. Tai jausmai, kurių dažniausiai renkamės išvengti. Skirtingais būdais, savo tempu išleisdami juos į dienos šviesą, pamažu pamatydami juos prieš save ir parodydami juos dar bent vienam asmeniui, bandysime paversti juos savo sąjungininkais, o ne priešais.

Kur? Pal. J. Matulaičio šeimos pagalbos centras, J. Matulaičio a. 3, Vilnius

Seminarą ves psichologės Rimantė Eidukevičiūtė ir Vaida Platkevičiūtė.

Kiek truks? šeštadieniais nuo 10 val. iki 16. val. su valanda pietų pertraukai.

Seminaro kaina 25 eur.

Registracija tel. 868782865 arba el. paštu: vaida.platkeviciute@gmail.com

