



RĪGAS AUSTRUMU VIDUSSKOLĀ*

19.02.2020.

IEKŠĒJĀ PASULE NO ĀRPUSES/ ВЪНТРЕННИЙ МИР ЧАРУЖИ jeb iepazīšanās ar PSIHODRĀMU jauniešiem

Kas tā tāda PSIHODRĀMA?

- Tā ir grupu terapijas metode, kas palīdz sajūst un risināt to, kas jau ilgāku laiku nedod mieru;
- Tā palīdz atbrīvoties no sakāpinātām emocijām un saspīlējumiem attiecībās ar draugiem, skolotājiem, ģimenes locekļiem un, protams, pašam/-ai ar sevi;
- Tā ļauj savus sapņus un vēlmes padarīt taustāmus un īstus;
- Tā ir droša vide, kur izmēģināt un trenēt jaunus uzvedības stilus visdažādākajās situācijās u.c.

Citiem vārdiem sakot, PSIHODRĀMA sniedz iespēju darbīgā veidā atbrīvoties no dvēselē uzkrātiem atkritumiem.

Šis tikšanās mērķis ir iepazīstināt ar metodi, lai nokomplektētu slēgtu grupu, kas turpinās tālāk darboties reizi nedēļā. Interesenti varēs pieteikties pēc nodarbības.

Par visu vairāk: _____

Vadītājs: Edgars Caics, sertificēts psihologs un psihodrāmas terapeits
Sarunas valodas: latviešu, krievu

*Šis projekts tiek organizēts un finansēts sadarbībā ar biedrību „Esi brīvs!”

www.esibrivs.lv

www.facebook.com/EsiBriivs.lv



Ja šaubies, vai tas domāts Tev – vienkārši atnāc!