

PSYCHOLOGICKÉ SOUVISLOSTI

TEMATIZOVANÉ VÍKENDY

OSOBNOSTNÍHO ROZVOJE

Připravili jsme cyklus víkendových programů vhodných pro celkovou harmonizaci osobnosti. Program je otevřen pro kohokoliv ve věku nad 18 let, kdo chce příjemně strávit víkend, odpočinout si a pečovat o svou psychickou kondici. Pracuje se sebezkušenostní formou v malých skupinách. Vzhledem k tomu, že se jedná o víkend, je program veden relaxačně. Účastnit se mohou jednotlivci, dvojice, rodinní příslušníci, kolegové atd.

Co mi chybí a co přebývá v cestě za spokojeností

Spokojenost v životě je základní pocit, jehož prožitkové odstíny nás dovedou stejně tak k příjemným jako k nepříjemným stavům. Program je zaměřen na odkrytí toho, co nám spokojenost posiluje, a co nikoliv a jaké máme možnosti s tím pracovat. Tak, abychom vyvíjeli úsilí k posílení své spokojenosti a nebyli pouhými diváky vlastních psychických stavů. Součástí programu je relaxační část.

Datum konání: 24.–26. dubna 2015

Začínáme v pátek v 17.30 hod. a končíme v neděli ve 12.30 hod.

Místo bude upřesněno čtrnáct dní před termínem, předpokládáme malý penzion mimo Prahu.

Cena za osobu: 2 400 Kč

Cena ubytování: cca 380 Kč za noc

Tematizovaný víkend povede PhDr. Helena Vrbková

Jakou ženou jsem pro druhé a proč, ženskost v mém životě

To, jak se chovají k ženám muži, ale i jiné ženy, je určeno tím, jaký typ ženskosti umožní okolí spatřit. Ale také tím, jaký projev ženskosti je od okolí očekáván.

V relaxačním víkendu se budeme věnovat typům ženskosti, které v sobě máme, ale neumožňujeme je ostatním nahlédnout. Budeme se zabývat tématem vnitřní a vnější atraktivity a tím, jak se k nám jako ženám chová okolí a proč. Součástí bude psychorelaxace s imaginací. Budeme pojmenovávat různé archetypy ženství, objevovat svůj typ a zabývat se možnostmi svých rezerv. Cílem je načerpat osvěžení a inspiraci jinými názory a pohledy na své otázky kolem vlastní ženskosti.

Datum konání: 5.–7. června 2015

Cena za osobu: 2 400 Kč

Tematizovaný víkend povede PhDr. Helena Vrbková

více informací na

www.vycvikvp.cz

Změň sebe a změní se ti svět.

Začneš se chovat jinak a lidé se začnou chovat jinak k tobě.

Quintus Horatius Flaccus