



**Здравейте колеги и приятели!**

□

Надя Маринова, Веселин Сомлев и Институт за Психодраматични Практики – Хирон ([ИПП-Хирон](http://www.psychodrama.bg) - www.psychodrama.bg) имат удоволствието да ви поканят да се включите в Терапевтична (обучителна) група, която ще започне през месец април.

□ □ □ □ **Структура на групата и начин на работа:**

- сесии: двудневни (събота и неделя от 09:00 до 18:30), един път в месеца

- период: от април 2014 до април 2015

- място на работа: ул. Коломан №1, в близост до Стадион Славия, гр. София

- такса: 60 лв. (за една двудневна сесия, събота и неделя)

- изисквания за включване: готовност за самоизследване, събеседване с водещите

След изтичане на едногодишния период и при желание от страна на членовете на групата, тя ще продължи своето функциониране с възможност за приемане на нови членове и промяна в рамките. През обявения период, групата ще даде възможност на желаещите да се обучават в метода Психодрама, да преминат през ниво 0 на програмата за обучение на ИПП-Хирон – ” [Собствен опит](#) ”, за което ще ви бъде издаден сертификат. През първите четири срещи групата ще бъде отворена за приемането на нови членове. След тях, до края на програмата, групата ще бъде затворена за прием, което ще се промени при приключването на периода.

Основният фокус на работата на групата през първата година ще бъде личността. През този период всеки от участниците ще има възможността да работи с въпросите, които носи със себе си и да разгледа онези негови/нейни характеристики, които желае да опознае и/или промени. Терапевтичният процес е групов и всеки участник, както и групата като цяло имат своето място и принос към темите, с които ще се работи. Поради тази причина груповата динамика ще бъде рамкирана с норми, които групата сама ще обсъди и избере в началото на своята работа. След това, всеки от участниците ще бъде ангажиран да спазва приетите правила, за да преминем към същността на работата ни. Процесите на групата се фасилитират от двамата водещи

През този период процесът на работата на групата ще бъде структуриран чрез тематични сесии. Разбира се, пространството ще бъде отворено и самата група ще взема решения дали и до каква степен да се отклонява от темата на съответната сесия. Работата ще следва желанията и изборът на групата.

### **ТЕМАТИЧНИ СЕСИИ:**

#### **1. СРЕЩАТА! Мога ли да "срещам" другите? Мога ли да "срещам" себе си?**

Запознаване и първи стъпки в процеса. Психодрама, групова терапия и групов процес, теоритични рамки и правила. **КОНФЛИКТИТЕ** – конфликтът в мен, конфликтът външи, конфликтът на работното място... за **РЕШЕНИЯТА**, които търсим и **ИЗБОРИТЕ**, които правим. Идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

**2. Кой съм АЗ и какво искат ДРУГИТЕ?** АЗ и другите (в) около мен – за **РОЛИТЕ**, които играя, за **МАСКИТЕ**, които нося, за **НОРМИТЕ**, които спазвам... за "другия" в огледалото... **ИДЕНТИЧНОСТТА**. Изследване на личната история, идентифициране и работа с важните теми и проблеми. Обсъждане на груповите норми.

**3. АЗ имам граници?** **ГРАНИЦИТЕ** – **ГРАНИЦИ** или **ОГРАНИЧЕНИЯ**? Какво има отвъд тях? Какво означава да премина границите? Отвъд идеята за **ПРОСТРАНСТВОТО**... Границата между личния и професионалния живот, идентифициране и работа с важните теми и проблеми. Приемане на груповите норми.

**4. Мога ли да СЪЗДАМ творчество? Мога ли да СЪЗДАМ себе си?** Кретивността в мен и нейните проявления. **НЕПРИНУДЕНОСТ** и **КРЕАТИВНОСТ** – сблъсъкът между непринудеността/спонтанността и "обективната" реалност. Връзката на кретивността

с психичното здраве и потенциалът ѝ да решава проблеми, идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

**5. Моето семейство?** Семейните отношения и тяхното място в живота ми? АЗ и моето СЕМЕЙСТВО – за автономността... за (не)зависимото взимане на решения.. за семейните модели, които ни определят... за (не)достатъчно добрия избор... Идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

**6. Сънищата?** Разбирам ли себе си? СЪНИЩАТА и РЕАЛНОСТТА – за фантазия свят... за неизживяните моменти... ПСИХИЧНА реалност или ОБЕКТИВНА реалност. Идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

**7. АЗ и моята ЛЮБОВ!** СЕКСЪТ и ЛЮБОВТА – за фантазиите и табутата... за (не)реалните очаквания към другия... за „третия“ във взаимоотношенията... за страховете от обвързване и за (не)възможността да „срещнем“ другия... за ПРИЯТЕЛСТВОТО и САМОТАТА. Идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

**8. Самота или уединение? Навътре или навън?** Основни модели за съотнасяне към света. АГРЕСИЯ, ГНЯВ, САМОНАКАЗАНИЕ... за конструктивното и деструктивното; за нещата, за които (не)говорим... Идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

**9. Страхът!** СТРАХОВЕТЕ и... СКРИВАЛИЩАТА... - страхът от провал, страхът да загубиш близък човек, страхът да загубиш себе си... за страхът от обвързване... или просто за страхът от „тъмното“... Страхът от смъртта! Контролът – реалност или илюзия? Идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

**10. Цялост, душевен мир, хармония!** Аз съм изборите, които правя? На къде вървя и защо? Ами ако „понякога пурата е просто пура“?! – ролята на очакванията и въздействието им върху формирането на „реалността“. Идентифициране и работа с важните теми и проблеми.

Психодрамата е метод, който може да се използва в широк кръг от дейности и професии, основно насочени към работата с хора. Групата може да бъде полезна на хора с различна лична, образователна и професионална история и цели, чиято работа и/или интереси са насочени към човешкия фактор. В личен план Психодрамата може да се използва като средство за по-добро себепознание и разбиране на околните, като способ за развиване на конкретни личностни характеристики или справяне с проблеми и трудности от различен характер. В професионален план, методите на Психодрамата могат да бъдат използвани за групови активности от различен характер – изграждане на лидерски стил, сплотяване на екипи, коучинг, групова динамика, тиймбилдинг, развиване на умения за работа в група, ефективна комуникация, активно слушане и др.

Всеки желаещ да се включи ще премине през кратко събеседване с двамата водещи

За повече информация, въпроси и записване:

ВОДЕЩИ



Надя Маринова

Психолог

E-mail: [nadya.s.marinova@gmail.com](mailto:nadya.s.marinova@gmail.com)

М: +359 887 851 960



Веселин Сомлев

Психодрама – Терапевт

E-mail: [mail@somlev.net](mailto:mail@somlev.net)

M: +359 897 228 487

[www.somlev.net](http://www.somlev.net)

За записване по електронен път, можете да използвате [тази връзка](#) !





[www.psychodrama.bg](http://www.psychodrama.bg)