

SUBVENIUM

Poradenské a terapeutické centrum

Mgr. Elen Sejrková

Nabízí blok přednášek



STOJÍ-LI PŘED NÁMI PROBLÉM, NENÍ TŘEBA

NĚCO DĚLAT.

JE TŘEBA NĚCO POCHOPIT.

Soubor přednášek

Co vše na nás v životě působí

*(Celostní pohled na člověka z úhlu
psychologa)*

Co vše nás v životě ovlivňuje, působí na naši psychickou i duševní rovnováhu a na naše zdraví. Jakými cestami je možné se dát v případě, kdy si "lékaři neví rady", nebo kdy chceme sami zjistit příčinu svých potíží a neléčit jen její důsledky. Cílem je ukázat možné - někdy až překvapivé - způsoby uvažování o sobě a svém zdraví.

I. Rodinná historie

jak a proč nás ovlivňuje historie naší rodiny (rodu). Co s tím mohu v rámci svých možností dělat.

II. Osobní historie

můj život od narození po současnost jako příběh.

III. Já vs. Já

vztah sám k sobě, emoce a jejich vyjadřování, zdraví a nemoci, zdroje síly

IV. Já vs. rodiče

vztahy s rodiči a jejich uzdravení, přijetí rodičů

V. Já vs. okolí

partner, děti, lidé kolem mě