

## **»Psihoterapevtska« delavnica**

Kaj je psihoterapija?

Psihoterapija je naučeno, celostno, zavestno in načrtovano obravnavanje psihosocialno in psihosomatsko pogojenih duševnih motenj in bolezenskih stanj z znanstveno utemeljenimi psihoterapevtskimi metodami v interakciji ene ali več obravnavanih oseb, z enim ali več psihoterapevti.

Cilj obravnave je olajšati ali odpraviti simptome, spremeniti moteča prepričanja, stališča in vedenjske vzorce ter podpirati osebno rast in zdravje obravnavanih.

V delavnici bi lahko preizkušali različne skupinske psihoterapevtske tehnike, jih skupaj spoznavali, se učili in probali v skupini tudi izvajati. Skupina bi naj predstavljala svobodno in poučno delavnico, v kateri bi načrte in zamisli izoblikovali skupinsko ter se skupaj podali na neznano pot, ki bi nas z malo sreče pripeljala do novih in zanimivih izkušenj, s katerimi bi, vsaj upam, udeleženci odnesli tudi kaj uporabnega znanja in predvsem novih izkušenj.

KDAJ: Prijave se zbirajo 23.05.2017 od 15. do 16. ure

KJE: V krajevni organizacija rdečega križa Brezje - Dogošje - Zrkovci (Na trati 2, Maribor)