

Radionice: Unutarnji kritičar - Kakav je moj unutarnji kritičar? (1. ciklus)

Cilj ovog ciklusa od 4 radionice u trajanju od 1,5 h je detektirati kako „izgleda“ naš unutarnji kritičar, koje poruke nam šalje, što želi od nas, koja je njegova uloga u našim životima. Bavit ćemo se osluškivanjem i promatranjem unutarnjeg kritičara i idejom da je prvi korak prihvatiti postojeće stanje kako bismo ga u sljedećem koraku mogli mijenjati. Grupa je zamišljena kao edukacijska radionica: prolazili bi saznanja o temi unutarnjeg kritičara, no ne u obliku predavanja, već radionica što uključuje iskustvene vježbe. Svaka sudionica/sudionik sam odlučuje koliko često i u kojoj mjeri će s grupom podijeliti uvide do kojih je došao, kako se osjećao tijekom vježbi. Budući da se radi o početnom ciklusu, jedan od ciljeva bi bio i međusobno upoznavanje polaznika, voditeljice i pronalazak najboljeg načina rada za sve članove grupe. Ideja je da se sadržaj sljedećih ciklusa kreira zajednički sukladno interesu polaznika te su prijedlozi dobrodošli.

Nakon završetka prvog ciklusa, planirana je pauza u trajanju 2-3 tjedna te početak 2.ciklusa.

Unutar prvog ciklusa, radionice će se održavati svaki tjedan u periodu od mjesec dana i onda slijedi pauza.

Cijena ciklusa je 400kn po osobi te se iznos za cijeli ciklus plaća po dolasku na prvu radionicu.

Adresa: Avenija Dubrovnik 10, Zagreb

Voditeljica: Sunčana Rokvić, magistra psihologije

FB: Savjetovalište Žiraha (<https://www.facebook.com/Savjetovali%C5%A1te-%C5%BDiraha-919806201472101/?ref=ts&fref=ts>) www.savjetovalisteziraha.com

Kontakt: 091 893 8939 / suncana@ziraha-services.com

