

ORGANIZATOR:



INSTYTUT PSYCHOLOGII PROCESU

PATRONAT
MEDIALNY:

magazyn psychologiczny
sens



PROGRAM

GDAŃSK-WRZESZCZ - Ośrodek Po Prostu Ul. Wajdeloty 22a/8

25 września 2010
SOBOTA
godz.10:00 - 12:00

Jadwiga Bytniewska

Warsztat POP

Moje wewnętrzne krytyczne radio.

Czasem gada na cały regulator, a czasem szemrze gdzieś cichutko w tle. Na jakiej podstawie tworzone są te nasze wewnętrzne audycje i właściwie o czym są? Czy można je wyłączyć? A może warto zrobić głośniej i posłuchać? A może przełączyć na inny program? Warsztat przeznaczony dla najwierniejszych fanów radia "Krytyk" (tych, którzy chcą się dowiedzieć czegoś o swoim wewnętrznym krytyku).

Tel: 509 664 246
jadwiga@poprostu.pl

25 września 2010
SOBOTA
godz.12:00 - 15:00

Adam Chojnacki

Warsztat POP

Poradzić sobie ze stratą.

Strata i przemijanie są naturalnie wpisane w nasze życie, ale poradzenie sobie z ich konsekwencjami niekoniecznie jest łatwe i przyjemne. Pojawiają się silne emocje i wielkie pytania. Nie wiadomo do końca co odchodzi, a co pozostaje. Na tym mini-warsztacie spróbujemy przyrzeć się temu, co dzieje się nas w obliczu straty i spróbujemy wykorzystać jej znaczenia dla dalszego kreatywnego życia.

Tel: 502 606 798
chojny@poczta.wp.pl

25 września 2010
SOBOTA
godz.15:00 - 17:00

Małgorzata Szczepańska,
Grzegorz Szczepański

Wykład POP

Praca ze snami z perspektywy psychologii procesu.

Sny zawierają bogactwo informacji na nasz temat, ale przedstawiają te informacje za pomocą obrazów, symboli, w sposób niejednoznaczny. Trudno jest zrozumieć sens takiego komunikatu. Spotkanie jest okazją do zapoznania się z metodami pracy ze snami, które umożliwiają "odkodowanie" informacji zawartych w snach.

Tel: 694 847 511
mszczepanska@pozacentrum.pl

25 września 2010
SOBOTA
godz.17:00 - 18:00

Małgorzata Szczepańska,
Grzegorz Szczepański

Prezentacja

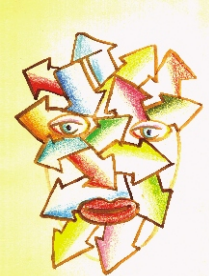
Prezentacja Programu Licencyjnego Instytutu Psychologii Procesu

Tel: 509 664 246
jadwiga@poprostu.pl

PARTNERZY:



sentient



ORGANIZATOR:



INSTYTUT PSYCHOLOGII PROCESU

PATRONAT
MEDIALNY:

magazyn psychologiczny
sens

Pierwsze Radio Informacyjne



PROGRAM

GDAŃSK-WRZESZCZ - Ośrodek Po Prostu Ul. Wajdeloty 22a/8

26 września 2010
NIEDZIELA
godz.10:00 - 12:00

Agnieszka Jurgielewicz,
Marzena Borowczak

Warsztat POP

Moja manadala - medytacja nad życiem

Warsztat jest podróżą do wnętrza mającą odzwierciedlenie w artystycznym wyrazie jakim jest mandala. To spojrzenie z innej strony na swoje zasoby, które określają nasz byt. To czas dla Ciebie, do refleksji nad sobą i nad tym co posiadasz. Buduje bazę do dalszego rozwoju i umacnia poczucie wartości. Umiejętności malarskie odkładamy na bok, tu chodzi o wyrażenie indywidualności w jak najbarwniejszy sposób.

Tel: 692 561 737
marzena.borowczak@gmail.com
agajurgielewicz@gmail.com

26 września 2010
NIEDZIELA
godz.12:00 - 14:00

Agnieszka Jurgielewicz,
Jowita Strzalińska

Warsztat POP

Zarządzaj swoim czasem, zarządzaj sobą.

Jest to warsztat dla osób, które chcą przyjrzeć się co robią ze swoim czasem...Będziemy odkrywać, czy to, czym zajmujemy się na co dzień, może dawać spełnienie i satysfakcję a nie być jedynie wyczerpującym obowiązkiem. Będzie to okazja do innego spojrzenia na swoje codzienne "ważne" i "ważniejsze" sprawy.

Tel: 605 787 237
agajurgielewicz@gmail.com

26 września 2010
NIEDZIELA
godz.14:00 - 16:00

Alicja Klein

Warsztat POP

Oko cyklonu - poszukiwanie nowej perspektywy

Grupa lub osoba, która zahamowała naturalny przebieg swoich wewnętrznych procesów często doświadcza fazy chaosu i zamieszania. Próba zmierzenia się z problemami wcześniej ignorowanymi prowadzi najczęściej do sytuacji, kiedy doświadczany przez nas przepływ zdarzeń staje się coraz bardziej nielogiczny i nielinearny. Ten stan rzeczy jest jednak nieprzewidywalny tylko z punktu widzenia naszej codziennej tożsamości. Istnieje możliwość odnalezienia w sobie miejsca, z którego wydarzenia te nabierają nowej perspektywy. Proponowany warsztat poświęcony zostanie odkrywaniu tego miejsca oraz zdobywaniu nowego wglądu w nurtujące nas problemy.

Tel: +48 607 921 321
alicja@poprostu.gda.pl

26 września 2010
NIEDZIELA
godz.16:00 - 18:00

Alicja Klein,
Jadwiga Bytniewska,
Jowita Strzalińska

Forum otwarte

Psychoterapia - o co w tym chodzi?

Czym jest psychoterapia? Czym jest psychologia procesu? Czy warto, czy nie warto korzystać z porad psychologa? Jakie niesie to nadzieje, a jakie zagrożenia? Jaki może mieć to wpływ na nasze życie? Jak może to zmienić sposób postrzegania nas przez innych? Jakie mamy alternatywy? Na forum otwartym będziemy poszukiwać odpowiedzi na te oraz inne pytania związane z zagadnieniem psychoterapii.

Tel: +48 607 921 321,
+48 509 664 246
alicja@poprostu.gda.pl
jadwiga@poprostu.gda.pl

PARTNERZY:



sentient