

# „ÁRNY(ÉK)AIM BARÁTOMMÁ, ERŐSSÉGEIMMÉ LESZNEK”

**150 órás ÖNISMERETI PSZICHODRÁMA CSOPORT**  
**2017 őszétől Budapest belvárosában**

Havonta egy szombati napon találkozunk 9.30 – 17.30 óra között (összesen 15 alkalom).

Mindannyian láttunk már olyan festményt, amit az árnyék tett teljessé... hallottuk azt az idézetet, ami arról szól: ahol a gyengeségem (árnyékom), ott a kincsem. De hol vannak az én gyengeségeim, a határain, és ha felismerem őket miért lesz jobb nekem? Hogyan tudok a félelmeimből erőt kovácsolni?

Az önismeret segítségével tényleg másként reagálok az ismétlődő élethelyzetekben, nem futok bele pl. romboló párkapcsolatba? Kiteljesedhetek a hivatásomban és ki tudok állni magamért? **Ha benned is megmozdítanak valamit az alábbi kérdések, itt a helyed!**

**Mindazoknak, akik boldogabb, energetikusabb, teljesebb életre vágynak, és csoportos keretek között szívesen néznek szembe önmagukkal, terheikkel, ismétlődő élethelyzeteikkel.**



A csoportba való felvétel interjú alapján történik, ezért a jelentkezést követően mindenkivel hatszemközti személyes beszélgetésen találkozunk. A csoport a második alkalomtól zárt csoportként elköteleződött tagokkal működik. Résztvételi díj: 1.600,-Ft/ óra. **Érdeklődni és az első interjúra jelentkezni a csoportvezetőknél lehet.**

**Kovács Éva**, pszichodráma vezető,  
kommunikációs szakember

[kovacs.eva.skolasztika@gmail.com](mailto:kovacs.eva.skolasztika@gmail.com)  
06-30/288-95-40

**Tatai Klára**, bibliodráma vezető,  
pszichodráma-, gyermekdrama asszisztens,  
mentálhigiénés szakember

[tataiklara.drama@gmail.com](mailto:tataiklara.drama@gmail.com), [web: tataiklara.hu](http://tataiklara.hu)  
06-30/773-95-42

**A részvétel a Magyar Pszichodráma Egyesület szabályai alapján, regisztrált módon történik, a pszichodráma asszisztensi képzés előfeltételeként beszámítható.**