

Workshop sa bude konať
v Trenčíne
(Soblahovská 7, byt na
prízemí: Vojtová)

v pondelok **8.2.2016**
od 9,30 do 13,00 hod.

Workshop

Budhistické inšpirácie pre psychoterapiu

Prihlasovanie:
na e-mailovej adrese
SIPE
do 20.1.2016

Poplatok za workshop:
25Eur
Prosím, uhradiť na č.ú. v
Slovenskej sporiteľni
IBAN:
SK2409000000005076509121
do 22.1.2016

SKP pridelila **3 kredity**.

Počet účastníkov je
obmedzený na 12 ľudí.

www.emdr-sipe.sk

E-mail:
sipe.info@gmail.com
Tel.: Hana Vojtová
0915 663839

Workshop povedie
Mgr. Hana Vojtová

Budhizmus sa niekedy definuje ako veda o mysli. V tibetštine sa používa pre budhistov výraz, ktorý znamená: tí, ktorí sa dívajú/hľadajú vo vnútri.

Intenzívny výskum mozgu v posledných desaťročiach v podstate potvrdzuje introspektívne poznanie generácií meditujúcich. Je možné tým, čomu a ako venujeme pozornosť, meniť svoj mozog a tak budovať svoje porozumenie i šťastie.

V súčasnosti je nielen v psychoterapii veľmi populárne tzv. plné uvedomovanie (mindfulness), ale to nie je to jediné, čo nás, psychoterapeutov, môže budhistická tradícia naučiť.

Cieľom workshopu je ukázať, ako môžeme praktickú múdrosť budhizmu uplatniť v psychoterapeutickej práci i vlastnom živote – bez toho, aby sme sa stali budhistami. Účastníci budú mať možnosť tiež zažiť krátke meditatívne cvičenia a zoznámiť sa s dostupnými knižnými a i. zdrojmi, využitelnými v psychoterapeutickej práci.

Workshop je určený psychológom, psychoterapeutom, psychiatrom a iným záujemcom z pomáhajúcich profesií.