

Piedāvājam semināra – praktikuma ciklu  
**„Ceļš uz labizjūtu jeb Laimes un veiksmes formula”**  
**17.03.2018. – 28.04.2018.**

Semināra – praktikuma cikls ir gan informatīvs, gan praktisks. Tā mērķis ir palīdzēt jebkuram interesentam izziņāt dažādas alternatīvas, kas palīdz atrast līdzsvaru gan sevī, gan attiecībā pret apkārtējo pasauli. Rezultātā tiek iegūti instrumenti sevis izpratnei un pieņemšanai, lai varētu justies laimīgi Šeit un Tagad. Tālākais ceļš uz labizjūtu ir ejams katram pašam.

Cikls sastāv no semināra/praktikuma, kas ir kā visa cikla ievads un četriem atsevišķiem praktikumiem. Seminārā/praktikumā akcentēta ķermeņa un emociju savstarpējā mijiedarbība, dažādu dziedniecisku vingrinājumu izmantošana harmoniskai pašizjūtai. Praktikumos aplūkoti 4 dažādi terapiju veidi, kas palīdzēs gan iepazīt un izprast sevi, gan uzlabos saskarsmi ar sev tuvajiem un apkārtējiem. Nodarbības norisināsies 5 sestdienas, minimālais stundu skaits ir 12, tātad 2 sestdienas:

**17. marts** – Seminārs/praktikums, *cikla ievads visiem dalībniekiem* (6 st.) „**Ķermeņa un emociju kopveseluma izpratne un nozīme labizjūtas kontekstā**”, Anda Ļoļāne, Mg.paed., SCENAR terapijas praktizētāja;

**7. aprīlī** – Praktikums, *izvēle* (6 st.) „**Smilšu spēles terapijas metode**”, Guna Krēgere – Medne, Radošais psiholoģijas centrs ĢIMENE, kopš 2007.gada konsultē bērnus un pieaugušos ar smilšu spēļu terapijas metodi, Mg sociālā darbā. Sertificēta supervizore sociālā darbā;

**14. aprīlī** – Praktikums, *izvēle* (6 st.) „**Teraspēle (The Theraplay), tās elementi un izmantošana darbā ar bērniem un ģimenēm**”, Sarmīte Štāle, Radošais psiholoģijas centrs ĢIMENE, kopš 2002.gada skolas un ģimenes psiholoģe;

**21. aprīlī** – Praktikums, *izvēle* (6 st.) „**Krāsu un mākslas terapijas dziedinošā iedarbība**”, Liene Vēsmaņa, sertificēta tranpersonālā psihoterapeite EUROTAS, specializējusies mākslas un ķermeņterapijā, aromterapijā;

**28. aprīlī** – Praktikums, *izvēle* (6 st.) „**Dejas, kustības un ķermeņterapijas metodes pašsajūtas un attiecību uzlabošanai ikdienā**”, Liene Vēsmaņa, sertificēta tranpersonālā psihoterapeite EUROTAS, specializējusies mākslas un ķermeņterapijā, aromterapijā.

**Dalības maksa: piesakoties uz visām nodarbībām – par 5 dienām - 70 EUR.**

**Dalības maksa izvēloties ievadsemināru un 1 praktikumu atsevišķi – par 2 dienām (12 ak. stundas) – 30 EUR .**

***Dalībnieku skaits – ierobežots, tāpēc aicinām pieteikties laicīgi!***

*Semināra – praktikuma noslēgumā dalībnieki saņems apliecību, atbilstoši apmeklēto stundu skaitam!*

**Pieteikties līdz 14.03.2018. pa tālruni 63429249 vai sūtot e-pastu: viktorija.nikitina@liepu.lv, norādot datumus, kad vēlas piedalīties!**