

# TRENING AVTENTIČNOSTI



Trening avtentičnosti je namenjen srečanju samim s seboj in iskanju odgovorov na vprašanja kako:

- jaz mislim o sebi
- želim, da me drugi vidijo
- se mi zdi, da me drugi vidijo
- jaz resnično sem.

V naših odnosih s svetom je pomembno, da smo v odnosih MI, saj drugače ostajamo sami v svoji samoti in bolečini. Če pa želimo biti mi, moramo prej spoznati kdo mi sploh smo. Spoznati se moramo v vsej svoji celosti.

Skozi sklop šestih treningov bomo s pomočjo različnih kreativnih medijev raziskovali in trenirali različne avtentične aspekte sebe: kognicijo, čustva in telo. Ukvarjali se bomo z lastnimi mejami, kje se srečujemo z drugim, do kod in kakšna je naša svoboda, kaj se zgodi z našo avtentičnostjo ko smo pod pritiskom okolja, na kakšen način komuniciram z drugim, kako ostanemo povezani s svetom, a hkrati samostojni in zvesti svojemu bistvu, svoji avtentičnosti.

**Termini treningov:**

**Četrтки, 12.10., 19.10., 9.11., 16.11., 23.11. in 30.11. 2017**

Trening vedno pričnemo ob **18.30** in zaključimo ob 20.30.

**Investicija v trening avtentičnosti:**

Prijava je možna le za celoten sklop in znaša 60 eur.

**Lokacija treningov avtentičnosti:**

Fakulteta za psihoterapevtsko znanost SFU, Rovšnikova ulica 2, Ljubljana

**Trenerki:**

Ivona Ljubičić, BA. pth., specializantka gestalt psihoterapije

mag. Brigita Pirc, specializantka gestalt psihoterapije

**Za prijave ali več informacij pišite na mail:**

[Brigita.pirc@outlook.com](mailto:Brigita.pirc@outlook.com)

[ivona@center-labirint.com](mailto:ivona@center-labirint.com)