

Vapauden virtaus

Psykodraamaryhmä 24.5 - 25.5.2025
Helsinki



Mitä sinulle kuuluu? Toistuuko elämäsi vuorovaikutussuhteissa jokin tietty kaava, joka estää elämän virtausta vapaana? Mistä olet tullut, mitä on nyt, mitä kohti haluat elämäsi virrassa kulkea?

Psykodraama on kokemuksellisesti vaikuttava ryhmäterapeuttinen toiminnallinen menetelmä erilaisten elämäkokemusten ja ihmissuhteiden jäsentämiseen. Psykodraaman avulla voit tutkia sisäistä maailmaasi, elämäsi vuorovaikutussuhteita tai vaikka tulevia unelmia. Tavoitteena on minuuden vahvistuminen ja itsetuntemuksen lisääntyminen sekä oman elämän vuorovaikutussuhteiden rikastuminen. Psykodraamassa ei näytellä vaan näytetään, siksi mitään erityistaitoja ei tarvita. Psykodraamassa konkretia mahdollistaa syvän ymmärryksen ja kasvun. Koulutetun ohjaajan sekä ryhmän vertaistuellalla mahdollistuu nähdä, ymmärretä ja hyväksyä tulemisen kokemus.

Tapaamme: la 24.5. klo 10-17 ja su 25.5. klo 10-16 (molempiin päiviin sitoudutaan)

Tapaamispaikka: MindFaculty Oy, Apollonkatu 11 A, 00100 Hki

Ryhmän koko: 4 - 8 henkilöä. Haastattelen kaikki uudet osallistujat ennen ryhmän alkua. Ryhmä ei sovellu akuutissa kriisissä oleville.

Osallistumismaksu: 250 € / osallistuja. Yritysassiakkaille hintaan lisätään alv 25,5%.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: irene.etasalo@gmail.com

Ohjaajana toimii Irene Etäsalo, sertifioitu psykodraamaohjaaja (CP), Ihminen tavattavissa terapeutti ITT® ja mindfulness ohjaaja CFM®

www.ireneetasalo.fi, ig: @ireneetasalo

