

6 viikon terapeuttilinen kasvuryhmä psykodraaman keinoin alkaa Helsingissä ma 13.10.2025 aamupäätoteutuksena



Toistuuko elämäsi ihmissuhteissa kaava, joka estää elämän virtausta vapaana? Tunnetko toisinaan elämää rajoittavaa häpeää, yksinäisyyttä tai kelpaamattomuuden tunnetta? Haluaisitko lisää voimavaroja, ja tilaa iloon ja elämään - siihen ainoaan, jota nyt elät?

Ohjaan 6 viikon pituisen terapeuttilisen kasvuryhmän aamupäätoteutuksena turvallisessa ja luottamuksellisessa ilmapiirissä toiminnallisia ja kokemuksellisesti vaikuttavia psykodraamamenetelmiä hyödyntäen. Kyseessä on pienryhmä, jossa jokaisella on mahdollisuus yksilölliseen päähenkilötyöskentelyyn mitä tahansa elämänsä kohtaa tutkiakseen ja itsetuntemustaan syventääkseen. Tämä ryhmä voi olla erityinen paikka tulla nähdyksi, kuulluksi ja hyväksytyksi. Sinulla ei tarvitse olla aiempaa kokemusta psykodraamasta. Tärkeintä on utelias mieli ja aito halu tutkia ja kehittää itseään.

Tapaamiskerrat maanantaisin klo 10.00 - 12.30 (kaikkiin kertoihin sitoudutaan)
13.10., 20.10., 27.10., 3.11., 11.11. ja 17.11.2025

Tapaamispaikka: MindFaculty Oy:n tilat Helsingin Etu-Töölössä, osoitteessa Apollonkatu 11 A
Ryhmän koko: 4 -5 henkilöä. Haastattelen kaikki uudet osallistujat ennen ryhmän alkua. Ryhmä ei sovellu akuutissa kriisissä oleville.

Osallistumismaksu: 299€ / osallistuja (alle 50€/vko). Yritysassiakkeille hintaan lisätään alv 25,5%. Maksu 2 osassa mahdollinen, laskutuslisällä 5€.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: irene.etasalo@gmail.com
Ohjaajana toimii Irene Etäsalo, sertifioitu psykodraamaohjaaja (CP),
Ihminen tavattavissa terapeutti ITT®, RVO® ja mindfulness ohjaaja CFM®

www.ireneetasalo.fi, ig: @ireneetasalo

