

Psiholoģiskā atbalsta nodaļas atvērto durvju dienas pasākumi
2023.gada 10.oktobrī.

Vidzemes reģions

Dienas kartība:

Atvērto durvju dienas norises vieta **Valmiera, Tērbatas iela 9, 4.kabinets.**

15.00-17.00 – Darbnīca “Varas un pakļaušanās resursi attiecību atkarībās”.

Pāra/ ģimenes attiecības sākas ar sev pievienoto vērtību, ko dod mūsu dzīvei otrs cilvēks. Lai saglabātu savas vērtības un veselīgi pieņemtu otra neatņemamo daļu, savstarpējā mijiedarbībā esam “šūpolēs” – starp prioritātēm, viens otra vajadzībām un ietekmēm. Sāk darboties varas un pakļaušanās kompromisa meklējumi, ja nespējam pieskatīt līdzsvara – savstarpējas cieņas un pašcieņas vērtību. Šajā cīņā vajadzīgs kāds trešais – palīdzētājs, noteicējs vai glābējs. Uzvedības lomas - būt par varas, pakļaušanās vai glābēja nesēju izvēlamies paši, ja nejūtamies pietiekoši stipri, pašāvēģīgi uz sevi, gudri. Tā tiekam ierauti drāmas trīsstūrī - atkarīgās attiecībās, kur darbojas upuris, vajātājs un glābējs. Katrai lomai ir savas vajadzības, savi “labumi”, kurus veido notikumi, jūtas par tiem un mūsu uzvedība. Kā katru no tiem atšķirt un ar tiem darboties, lai iegūtu resursus pozitīvām attiecībām, par to runāsim nodarbībā.

Darbnīcu vada psiholoģe **Gunta Dance.**

Sīkāku informāciju var uzzināt, zvanot pa tālruni 25666401. Lai pieteiktos darbnīcām, lūdzu, rakstiet uz e-pastu gunta.dance@iem.gov.lv, vai zvaniet uz norādīto tālruni. Grupa tiks komplektēta pēc iepriekšēja pieraksta. Vietu skaits grupā ir ierobežots.