

Psiholoģiskā atbalsta nodaļas atvērto durvju dienas pasākumi
2026.gada 9.oktobrī.

Zemgales reģions

Norises vieta **Jelgavā, Dobeles ielā 16, dzīvoklis 1a.**

Dienas kartība:

10.00 – 12.00 - Sarunas un tikšanās ar psihologiem. Interesenti var pievienoties jebkurā laikā.

13.00 – 15.00 – Darbnīca pie psihologiem:

Darbnīca **Mākslas terapijas metode «No resursa līdz potenciālam».**

Mākslas terapijas metodes izmanto radošo procesu un vizuālos tēlus kā līdzekli cilvēka iekšējās pieredzes izpētei un emocionālā līdzsvara veicināšanai. Tās ļauj brīvi izpaust un simboliski atspoguļot sajūtas, pārdzīvojumus un pieredzi, kā arī veicina emocionālās spriedzes mazināšanos, atslābināšanos un koncentrēšanos. Tā ir viena no saudzīgākajām un vienlaikus arī dziļākajām pašizziņas metodēm.

Nodarbībā, izmantojot mākslas terapijas metodes, dalībnieki izzinās un apzinās savus iekšējos resursus, stiprās puses un attīstības potenciālu. Radošajā procesā tiks veicināta pašizpēte un pašrefleksija, atklājot personīgās iespējas, kas palīdz pārvarēt grūtības, atgūt spēkus un attīstīt savas spējas ikdienā un profesionālajā darbībā.

Darbnīcu vada psiholoģes **Ludmila Soldatenoka** un **Ļubova Kuderko**.

Sīkāku informāciju var uzzināt, zvanot pa tālruņiem 25667164, 25426722. Lai pieteiktos darbnīcai, lūdzu, rakstiet uz e-pastiem ludmila.soldatenoka@iem.gov.lv, lubova.kuderko@iem.gov.lv vai zvaniet uz norādītajiem tālrunu numuriem.

Grupa tiks komplektēta pēc iepriekšēja pieraksta.

Vietu skaits grupā ir ierobežots!