

2022 JANVĀRIS–AUGUSTS

SASNIEGTIE MĒRĶI



Izglītības iestāde Moreno institūts Latvijā ir mainījis savu nosaukumu!

Kopš 2022. gada februāra pieaugušo neformālās izglītības iestāde Moreno institūts Latvijā ir nomainījis savu nosaukumu uz profesionālās tālākizglītības un pilnveides izglītības iestādi Moreno psihodramas izglītības centrs! Visi turpmākie studenti un dažādu semināru apmeklētāji tiks sertificēti zem jaunā nosaukuma. Tikmēr sabiedrība ar ierobežotu atbildību Moreno institūts Latvijā turpina savu darbību kā Moreno psihodramas izglītības centra galvenais sadarbības partneris, atbalstot izglītības centru ar tam nepieciešamajiem resursiem.

Moreno institūts Latvijā jaunā mājaslapa!

Kā, iespējams, esat pamanījuši, mēs esam izveidojuši jaunu mājaslapu, kurā publicēt aktuālo informāciju par institūtā notiekošo – apmācībām, semināriem un psihodramu! Mājaslapā ir iespējams iepazīties ne tikai ar institūta jaunumiem, bet arī ar vēsturi, bibliotēkas saturu un mūsu radošo kolektīvu!

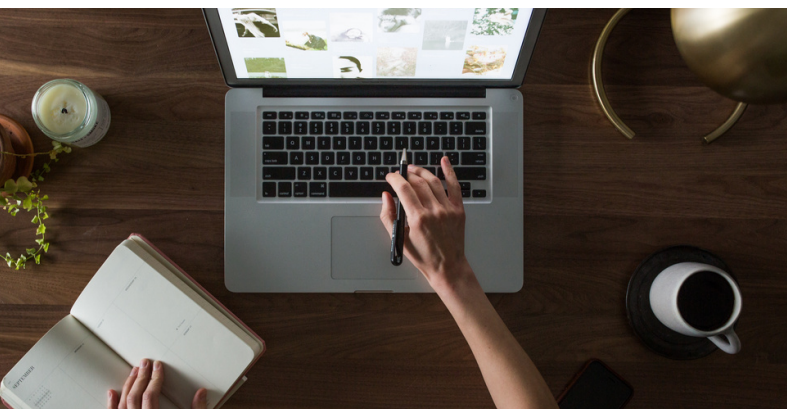
Ja vēl neesi paspējis apskatīt, tad nevelc garumā un klikšķini šeit psihodrama.lv



Esam atvēruši savu bibliotēku!

Pēdējo pusgadu mūsu kolektīvs ir aktīvi strādājis pie tā, lai mūsu grāmatas būtu pieejamas ne tikai institūta apmeklētājiem, bet arī plašākai sabiedrības daļai. Mūsu bibliotēkā ir pieejamas vairāk kā 300 grāmatas par dažādām tēmām, latviešu, angļu, krievu un vācu valodā. Tāpat esam realizējuši mūsu ieceri padarīt pieejamus arī mūsu ikgadējo absolventu darbus par visdažādākajām psihodramas tēmām. Mēs esam lepmi paziņot, ka mūsu bibliotēkas saturs ir publicēts un pieejams mūsu mājaslapā psihodrama.lv.

Ja kāda no grāmatām Tevi ir ieinteresējusi, raksti e-pastu uz info@psihodrama.lv vai moreno.instituts@gmail.com!





Piedzīvotais un aizvadītais

Līdz šim esam paspējuši aizvadīt 3 seminārus:

- Inetas Vanagas, 2021. gada līdera līmeņa absolventes, semināru par tēmu "Ēšanas traucējumi un to iespējamie atrisinājumi psihodrāmā";
- Liatas Reivonas (Liat Ravon), TEP līmeņa psihodramatistes no Dānijas, 3 dienu meistarklasi "Psihodrāmas smarža";
- Jeļenas Belinskajas (Елена Белинская; Baltkrievija), psiholoģes, psihodrāmas, pasaku, mākslas un smilšu terapijas speciālistes 3 dienu semināru "Krīze un resursi – darbs ar asociatīvi metaforiskajām kārtīm".

Esam pateicīgi visiem semināru vadītājiem par viņu dalīšanos ar savām zināšanām un pieredzi!

Šī gada jūnijā tika aizvadīts noslēguma eksāmens mūsu 2020 gada asistenta līmeņa apmācību grupai un esam priecīgi paziņot, ka visi 9 studenti veiksmīgi absolvēja.

Kopā līdz šim esam izsnieguši 27 sertifikātus un 9 asistenta līmeņa apliecības!



Sakarā ar augustā organizēto konferenci Baltijas Moreno dienām "Spanis sapnī", sadarbībā ar jauns.lv tika publicēts raksts "Kāda manam sapnim ir nozīme reālajā dzīvē?!"
Links uz rakstu: www.jauns.lv/sapnis



Baltijas Moreno dienas "Sapnis sapnī"

Šī gada augustā beidzot norisinājās COVID-19 dēļ no 2020. gada pārceltā Baltijas Moreno dienu konference "Sapnis sapnī"!

Trīs dienās tika novadītas 11 meistarklases ar 14 lektoriem! Konferenci apmeklēja ap 90 dalībniekiem, kuri ļāvās sapņot un dalījās ar tiem ar citiem.

Esam pateicīgi visiem mūsu sadarbības partneriem par atbalstu konferences laikā!



Mēs vēlamies apsveikt un izteikt lielu pateicību Inārai Erdmanis par viņas ieguldījumu psihodrāmas attīstīšanā Latvijā – konferences laikā Ināra tika apbalvota ar pateicības rakstu no Latvijas izglītības un zinātnes ministrijas!



Tavai izaugsmei: studijas

- 2022. gada 29. oktobrī tiks uzsāktas psihodrāmas, sociometrijas un grupas psihoterapijas **asistenta līmeņa apmācības**. Apmācības vadīs Jolanta Mote un Aira Briede.
- Šogad tieki organizēta **līdera līmeņa apmācības** grupa. Apmācību sākums – septembrī. Mācību vadītāji Albina Kepalaite (CP, Lietuva), Jolanta Baltiņa (TEP, Latvija).
- Pēc vairāku gadu pārtraukuma, mēs piedāvājam arī **CP līmeņa apmācības** visiem līdera līmeņa psihodramatistiem. Studiju sākums – novembrī. Galvenie treneri un grupas supervīzori: Endel Hango (TEP), Eduardo Verdu (TEP), Reijo Kauppila (TEP), Pille Isat (TEP), Urban Norlander (TEP) un Jolanta Baltina (TEP).

Tavai izaugsmei: aktivitātes

- 2022. gada 13. oktobrī notiks Atvērtās skatuves pasākums, kurā varēsi iepazīties ar psihodrāmu.



www.psihodrama.lv

Tavai izaugsmei: Semināri

Psihodrāmas terapijas grupa personām ar ēšanas traucējumiem

Grupas vadītāja: **Ineta Vanaga**
Maksa: **420 EUR** (35 EUR par vienu sesiju)
Tikšanās reizes: **12 svētdienas** (10.00–14:00)
Lokācija: **Lāčplēša iela 87, Rīga**

Dalībnieku skaits grupā ir ierobežots!

Darbā tiks izmantotas psihodrāmas terapijas tehnikas un dažādi uzdevumi, ar mērķi apzināties šī brīža stāvokli un pagātnes notikumus, kā arī somatiskie vingrinājumi pārēšanās lēkmju mazināšanai.

VAIRĀK INFORMĀCIJAS MEKLĒ PIE SADAĻAS "MĒS LEPOJAMIES!"

Mēs lepojamies!



Ineta Vanaga, 2021. gada līdera līmeņa absolvente

"No lomu teorijas puses, tā ļauj apzināties, kādas lomas klients spēlē – pirmkārt, destruktīvās un sevi iznīcinošās lomas, otrkārt, atrodot tās lomas, kas ir sevi mīlošas un rūpju pilnas pret sevi. Psihodrāma ļauj cilvēkam izlikt uz skatuves viņa iekšējos, neapzinātās domas un atrast vārdus, kas slēpjas aiz ēšanas traucējumiem, ierobežojumiem un sevis attīrīšanas ar caurejas līdzekļiem, sodīšanas ar pārmērīgu sportošanu un ķermeņa izkropļotās uztveres." (Vanaga, 2021)

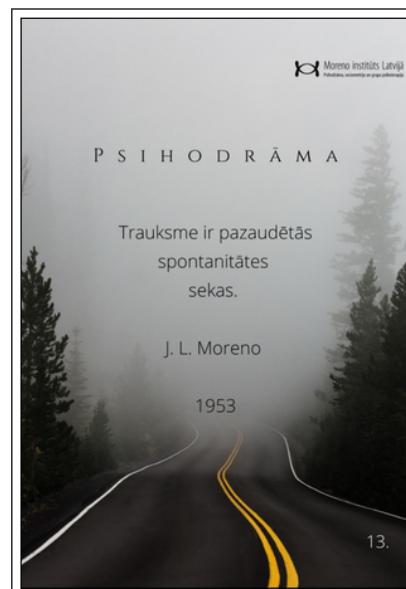
Ineta Vanaga ir viena no Moreno psihodrāmas izglītības iestādes absolventiem, kuras līdera līmeņa nobeiguma darba tēma bija **"Darbs ar simptomu psihodrāmā. Ēšanas un ķermeņa uztvers traucējumi."** Savā darbā Ineta bija izvirzījusi mērķi izpētīt metodes un tehnikas, kā strādāt psihoterapijā – īpaši psihodrāmā – ar ēšanas traucējumiem (bulīmija, anoreksija un kompulsīvā pārēšanās). Tāpat tiek dots ieskats tehnikās un to kā tās pielietot darbā ar klientiem, kas vēlas koriģēt savu svaru.

Ja vēlies gūt plašāku ieskatu šajā tēma, piesaki savu vizīti uz SIA Moreno institūts Latvijā bibliotēku mūsu e-pastā info@psihodrama.lv un iepazīties ar Inetas pilno darba versiju! **Kā arī...**

No 2. oktobra līdz 29. janvārim Moreno institūts Latvijā telpās tiks organizēta **psihodrāmas terapijas grupa personām ar ēšanas traucējumiem.**

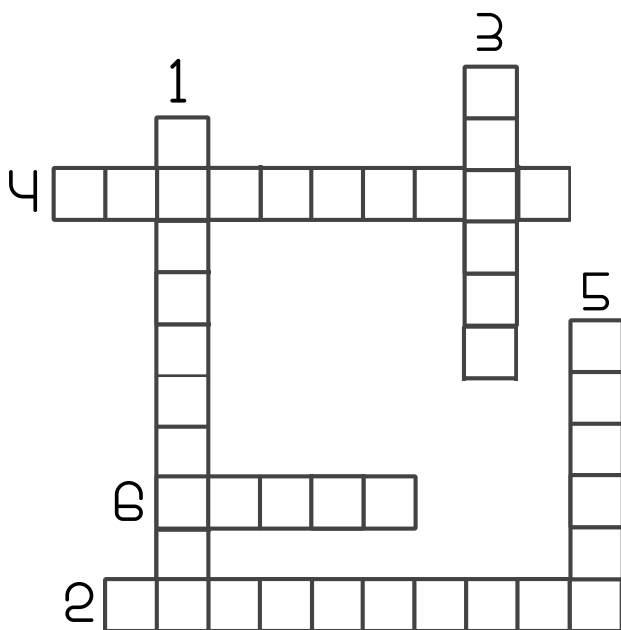
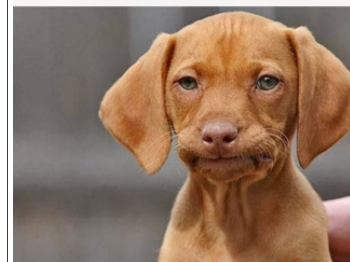
Kā minēja pati Ineta: "Šajā grupā aicinu piedalīties visus tos, kuri attiecībā uz ēdienu piedzīvo līdzīgus pārdzīvojumus – pārēšanās lēkmes, sāta nesajūšana, pārēšanās vakaros vai naktīs, saldumu pārmērīga ēšana, nebeidzamas diētas un "noraušanās" no tām, skrupuloza ēdiena iedalīšana sliktajā un labajā, emocionālā ēšana un citi simptomi."

Kopā būs 12 tikšanās reizes, svētdienās 10.00-14.00 (ar pārtraukumu). Vairāk informācijas meklē mūsu sociālajos tīklos vai šajā pieteikuma anketā – <https://forms.gle/PwAMCUnGcmDg99Kn8>.



Populārākais citāts: "Trauksme ir pazaudētās spontanitātes sekas."
Populārākais joks:

Gribējām noorganizēt grupu terapiju cilvēkiem, kuri prokrastinē. Mēs tā arī neuzsākām nodarbības...



Krustvārdu mīkla

1. Jaunais izglītības iestādes pilnais nosaukums – profesionālās tālākizglītības un ----- izglītības iestāde Moreno psihodrāmas izglītības centrs.
2. Moreno institūts Latvijā jaunā mājaslapa -----lv
3. Moreno institūts Latvijā bibliotēkā grāmatas ir pieejamas (cik) valodās.
4. (Kāds) līmenis, kuru šogad absolvēja 9 izglītības centra studenti.
5. Inetas Vanagas psihodrāmas līmenis (kāds).
6. Kad Jakobs Levi Moreno (Jacob Levy Moreno) radīja psihodrāmas teoriju, viņš teica, ka cilvēks ir (kas).

Ievieto trūkstošos vārdus Z. T. Moreno citātā ("To Dream Again")!

"Mēs esam _____ aktieri uz _____ skatuves!"