



AGNIESZKA ZIEMBIŃSKA

zaprasza na WARSZTATY z cyklu
PSYCHOLOGIA



OSWAJANIE ŚMIERCI

W naszej kulturze śmierć jest tematem tabu. Warsztat ten ma na celu przełamanie strachu przed śmiercią i pomóc w podejmowaniu rozmowy o końcu życia ze swoimi bliskimi. Zajęcia te podejmują również temat pomocy umierającemu, tak by ostatnie chwile nie były rozpaczliwą walką, lecz czasem spokoju. Tak często myślimy, że śmierć dotyka innych. A my i nasi najbliżsi będziemy żyć wiecznie. Ta perspektywa zmienia się dopiero wtedy, gdy umrze nam ktoś bliski. W pogoni codziennych obowiązków, tak trudno uświadomić sobie, że my też umrzemy. Jest to jeden z egzaminów, który jest przed każdym z nas. Na jednym z murów kościoła jest napis: „Jesteście tym, czym my byliśmy. Będziecie tym, czym my jesteśmy.” Jeden z buddyjskich lamów powiedział, że: „życie jest jak lizanie miodu na ostrzu noża.” Ten warsztat, jest poświęcony temu by oswoić się z tematem śmierci. Przyjrzeć się naszym obawom i lękom. Zastanowić się nad tym, co jeszcze chcemy osiągnąć w życiu, żeby nie odkładać rzeczy na później, ponieważ nikt z nas nie wie, jak długo będzie żył. Spotkanie ma na celu wzbudzenie wdzięczności za każdy oddech, za każdą chwilę, za każdy następny dzień. Tak często zapominamy o tym wyjątkowym prezencie, przyjmując do życia roszczeniową postawę.

*serdecznie zapraszam
Agnieszka Ziemińska*

INFORMACJE I ZAPISY:

Agnieszka Ziemińska – trener, terapeutka Gestalt. Absolwentka psychologii Uniwersytetu Łódzkiego. Prowadzi szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, pracy zespołowej, kreatywności, relaksacji. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy psychologa, trenera, psychoterapeutki. Prowadząc szkolenia zwraca dużą uwagę na indywidualne podejście do uczestników, dba o to aby mieli optymalną przestrzeń do nauki i rozwoju. Inspiruje ją terapia behawioralno-poznawcza oraz systemowa, terapia Gestalt, ustawienia wg Berta Hellingera. Z natury jest wiecznym wędrowcem, podróżnikiem, artystką życia. Zwiedziła Indie, Nepal, Bhutan i niemal całą Europę, ale miejscem, do którego zawsze wraca jest Łódź. Więcej informacji o Agnieszce znajdziesz na jej stronie: www.spelnionemarzenia.pl

PSYCHOLOGIA

PSYCHOLOGIA

