



PSÜHHODRAAMA INSTITUUT

GRUPIJUHTIDE PRAKTILINE EKSAM

Tartu Psühhodraama Instituudi 11. lend

17.-19.02.2022

Tartu Aparaaditehases, Erinevate Tubade Klubis

/ EKSAMI TÖÖTOAD:



TÖÖTUBA 1: Kuidas üks konfliktne lähisuhe mõjutab ka meie teisi suhteid?

/ INGER KITT

Dunbari arvu teooria kohaselt suudame säilitada korraga umbes 150 suhet. Inimese kõige esimesteks suheteks võib pidada tema suhet oma ema ja/või isaga. Aga kui need esimesed suhted on olnud konfliktset või ei ole hästi välja kukkunud? Kas siis järgmised 148 suhet on selle võrra keerulisemad? Minu töötoas uurime kuidas konfliktset suhteid vanematega mõjutavad meie teisi suhteid.

TÖÖTUBA TOIMUB: NELJAPÄEV, 17. veebruar kl 18-21 Koolitusruumis TEGU (Kastani 42, UKS nr 2)



TÖÖTUBA 2: Julgus olla mina

/ HELEN TOOMSALU

Töötoas me uurime koos eneseks jäämist või mittejäämist erinevates olukordades. Eneseaitus on sageli alateadlik, mistõttu me isegi ei pruugi seda teada, et me ennast reedame, küll aga peegeldub see meie rahulolematuse tundes.

TÖÖTUBA TOIMUB: NELJAPÄEV, 17. veebruar kl 18-21 Erinevate Tubade Klubi (Kastani 42, UKS nr 7)



TÖÖTUBA 3: Pikk tee endani jätkub

/ KARIN POHLA

Ma olen iseenda tõlgendus mind elu jooksul ümbritsenud inimeste peegeldustest, nende arusaamadest ja uskumustest, hoiakutest ja käitumismustritest. Ma oleks hoopis teine inimene, kui oleksin sündinud mõnda teise perekonda, teiste inimeste keskele kusagil mujal piirkonnas või maailmajaos.

See, kuidas ma maailma näen ning teistesse inimestesse ja olukordadesse suhtun, on sõltuv sellest, milline ma ise olen.

„We don't see things as they are; we see them as we are.” (Anaïs Nin)

Kutsun vaatama, mida peeglid seekord näitavad. Tule kohtumisele iseendaga!

TÖÖTUBA TOIMUB: NELJAPÄEV, 17. veebruar kl 18-21 Tagahoov (Kastani 42, UKS nr 3)



TÖÖTUBA 4: Ettevaatav (tuleviku) töötuba

/ KATI-RIIN SIMISKER

Kui mineviku kohta on kõik selgemast selgem [sic], on aeg vaadata tulevikku. Sealjuures on hea olla ka ise oma õnne, tuleviku ja unistuste looja. Seega uurime üheskoos, milliseid võimalusi võtta ja milliseid jätta, mida luua ja millest loobuda. Ja mis seal salata, mõnikord juhtub ikkagi hoopis nii, et tulevikku uurides peame korraks ka seljataha vaatama – ja see on lubatud, sest psühhodraamas on pea-aegu kõik võimalik!

TÖÖTUBA TOIMUB: REEDE, 18. veebruar kl 10-13 Koolitusruumis TEGU (Kastani 42, UKS nr 2)



TÖÖTUBA 5: Psühhodraama – teekond endani

/ RIVO PENT

Psühhodraama annab võimaluse laval luua lisareaalsuse, mida ei ole kunagi olnud ja mida ei saa kunagi enam olema. See annab võimaluse asju näha teises valguses ja võib olla leida midagi, mida oma elus teha teisiti. Sest - nii kaua kui asjad on ainult minu peas ja välja ütlemata ei saa nad ka muutuda.

TÖÖTUBA TOIMUB: REEDE, 18. veebruar kl 10-13 Erinevate Tubade Klubi (Kastani 42, UKS nr 7)



TÖÖTUBA 6: Sõnadega või sõnadeta!

/ MARIA LAANELEPP

Sõnu võib olla liiga palju või liiga vähe. Sõnad võivad olla valed või õiged. Sõnadega saab teha kurja ja heastada vigu. Sõnad võivad moodustada komplimente või solvanguid. Mõnikord võivad sõnad haiget teha või ütlemata jääda. Mõnikord me unustame ära, kui tähtsad need olla võivad. Või mis tähendus on sõnade endale hoidmisel. Öeldakse, et sõnadel on kaal. Aga kui palju nad siis kaaluvad? Kust sõnad tulevad ja kuhu nad lähevad? Ja miks mõnikord jäävad tähtsad sõnad ütlemata?

TÖÖTUBA TOIMUB: REEDE, 18. veebruar kl 10-13 Arsise Kellade Kool
(Kastani 42, UKS nr 6)



TÖÖTUBA 7: Palun astuge edasi!

/ AVE LANDRAT

Kuhu? Kellega? Kes? Kas?

Miks? Kuidas? Sisse?

Välja? Mööda? **Edasi?!**

Psühhodraama lava on kohtumise koht
Psühhodraama laval näeme

Kohtume ja vaatame:

Palun astuge edasi!

TÖÖTUBA TOIMUB: REEDE, 18. veebruar kl 15-18 Koolitusruumis TEGU
(Kastani 42, UKS nr 2)



TÖÖTUBA 8: Spontaansuse ja loovuse kasv lapsevanema rollis

/ JAANA PAREK

Missugune lapsevanem ma olen?
Missugune lapsevanem ma tahaksin olla?
Kuidas ma selliseks emaks/isaks olen saanud?
Missugune on olnud minu ema/isa?
Millisest emast/isast olen puudust tundnud?
Missugune on õige lapsevanem?

Kui oled end märganud mõnda neist küsimustest endalt küsimas, oled oodatud laeka kaant kergitama.

TÖÖTUBA TOIMUB: REEDE, 18. veebruar kl 15-18 Erinevate Tubade Klubi (Kastani 42, UKS nr 7)

/ REGISTREERIMINE:

Kuni 1. veebruar 2022 Tartu Psühhodraama Instituudi kodulehel www.psyhhodraama.ee

/ OSALUSTASU ühele osalejale on 95€.
Hinna sees on töötubades osalemine, kohvipausid ja pidu.

/ INFO e-postil pdi@psyhhodraama.ee