

Savęs pažinimo per judesį seminaras

Improvizacija – būdas būti čia ir dabar

Kai sugebame atsipalaiduoti nuo savo rūpesčių, planų ir nepasitikėjimo, kai atveriamė akis dabarčiai, prieš mus atsiveria turtai. Daugybė pasaulių, pro kuriuos ėjome ir nematėme. Improvizacija moko juos prisijaukinti.

Seminare mokysimės įsiklausyti į tai, kas vyksta mūsų viduje ir aplink mus, ir tai paversti šokiu. Tyrinėsime judesių šaltinius ir stebėsime, kas vyksta, kai leidžiame gimstantiems judesiams skleistis ir mus vesti. Mokysimės leisti improvizacijai įnešti daugiau laisvės ne tik į judesį, bet ir į kasdienį mūsų gyvenimą.

Seminarą veda psichologas dr. **Donatas Noreika**.

Seminaras vyks **gegužės 7 d.**, šeštadienį, 10.00-17.30 val. (8 ak. val.) VU Sveikatos ir sporto centro aerobikos salėje (Saulėtekio al. 2).

Kaina – 48 Eur, VU darbuotojams – 24 Eur, VU studentams – 12 Eur (jeigu nėra išnaudotas šių metų psichologinių paslaugų kompensavimo limitas).

Prašome registruotis ir iki gegužės 3 d. sumokėti dalyvio mokestį:



Dalyvių skaičius ribotas, todėl vietą rezervuosime tik susimokėjusiems už seminarą.

Daugiau informacijos: VU Psichologinio konsultavimo ir mokymų centre, Universiteto g. 9/1 116 k., tel. 268 72 54, el. p.: pkmc@fsf.vu.lt.

