

ТОЧКИ ОПОРЫ - 2

расписание курса

Начало занятий - 21 апреля 2019 года

ЛЕКЦИЯ 1. ТЕРРИТОРИЯ СВОИХ ИНТЕРЕСОВ

21 апреля, воскресенье 17:00*

Что такое границы личности, как их найти? Что мешает нам их соблюдать? Какими должны быть границы личности – жесткими, мягкими, проницаемыми? Можно ли их регулировать, и как это делать?

Какие отношения могут быть отрегулированы в этой области, а какие – только условно?

Почему происходит слияние границ личности, кто это делает первым, зачем? К чему это приводит?

Практическое занятие
понедельник 29 апреля
вечерняя группа в 18:30*
вторник 30 апреля
утренняя группа в 10:30*

ЛЕКЦИЯ 2. ПРИШЛО ВРЕМЯ ПОВЗРОСЛЕТЬ

5 мая, воскресенье 17:00*

Роль родителей, и особенно мамы в том, что мы не умеем защитить себя и доверять другим. Как разрешить эту проблему?

Кто такой самодостаточный человек, самодостаточность и одиночество - не одно и то же ли?

Практическое занятие
среда 15 мая
утренняя группа в 10:30*
четверг 16 мая
вечерняя группа в 18:30*

ЛЕКЦИЯ 3. ЛЮБОВЬ ПОВСЮДУ

19 мая, воскресенье с 17:00*

Почему так трудно идти на конфронтацию и отстаивать свои интересы?

Как отличаются условная и безусловная любовь? И в чем причина того, что такая желанная безусловная любовь случается в нашей жизни слишком редко?

Безусловные отношения – как понять, что это они?

Как происходит начало взаимоотношений: 4 обязательных условия.

Практическое занятие
среда 29 мая
утренняя группа в 10:30*
четверг 30 мая
вечерняя группа в 18:30*

ЛЕКЦИЯ 4. РАВНОВЕСИЕ И БАЛАНС

2 июня, в воскресенье 17:00*

Следим за равновесием в отношениях, секрет решения любых проблем – через выравнивание отдаваемого и получаемого.

Что мешает нам сохранять баланс в отношениях? Что происходит и как себя вести при дисбалансе?

Практическое занятие
среда 11 июня
утренняя группа в 10:30*
четверг 13 июня
вечерняя группа в 18:30*

ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ (выпускное).
16 июня воскресенье (время согласуем позже вместе).

* – время указано в часовом поясе GMT +4 (Самара),
возможны изменения в расписании практик (плюс-минус один день от указанной даты)