

# Ελληνικό Ινστιτούτο

## Dr.Jirina Prekop

Θεραπεία

### Αγκαλιάς Αγάπης

Σεμιναριακός κύκλος στις εξής προσέγγισεις:

- Αγκαλιά Αγάπης
- Συστημική αναπαράσταση
- Θεραπεία τραύματος
- Αρμονική επικοινωνία



Στην Συστημική Αναπαράσταση κατά Bert Hellinger αποκαλύπτονται εντάσεις, προβλήματα και καταστροφικές σχέσεις ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας. Ο Συντονιστής – θεραπευτής εργάζεται μ' αυτά τα στοιχεία και συνήθως βρίσκει τη λύση. Ο καλύτερος και ευκολότερος τρόπος να γίνει μία αναπαράσταση είναι μέσω σεμιναρίων. Γίνεται όμως και με προσωπικές συνεδρίες. Τα θέματα που μπορούν να επεξεργασθούν μέσα από τις αναπαραστάσεις, συνήθως, αφορούν υποθέσεις: προσωπικές, οικογενειακές, επαγγελματικές, υγείας, διλημάτων, δύσκολων αποφάσεων κ.ά.

Μέσα από μια απλή, σύντομη αλλά βαθιά μεταμορφωτική διαδικασία έρχονται στην επιφάνεια κρυμμένες αλήθειες, συναισθήματα και ταυτίσεις, δικές μας και άλλων σημαντικών μελών του οικογενειακού συστήματός μας, που μέχρι τώρα προξενούσαν πόνο και εγκλιωβισμό.

Η εμπειρία της αναπαράστασης οδηγεί στην **απεμπλοκή και απελευθέρωση από βάρη** που δεν μας ανήκουν προσφέροντας κάθαρση, αποδοχή και συμφιλίωση.

## Τραυματοθεραπεία

Τραυματικές εμπειρίες είναι αυτές που αφήνουν ένα αρνητικό αποτύπωμα στον ψυχισμό μας, όπως, οι φυσικές καταστροφές, τα αυτοκινητικά δυστυχήματα, ο βισμός, η ληστεία, η σεξουαλική κακοποίηση, η απαγωγή, η επανειλημμένη άσκηση βίας, σωματικής και ψυχικής, στην παιδική ηλικία. Αυτές είναι ενδεικτικά ορισμένες καταστάσεις οι οποίες δύναται να μας σημαδέψουν για πάντα.

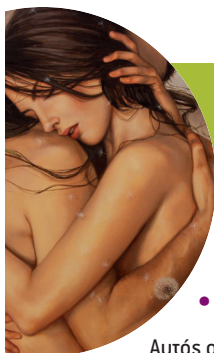
>>



>> Τα άτομα που έχουν υποστεί ένα σοβαρό ψυχικό τραύμα μπορεί να αναπτύξουν τα συμπτώματα της Μετατραυματικής Αγχώδους Διαταραχής, (PTSD) ή και διάφορες φοβίες όπως : κλειστοφοβία, υψοφοβία, αγοραφοβία, κρίσεις πανικού κ.ά.

Η εμπειρία μας με τα άτομα που έχουν βιώσει σοβαρές τραυματικές καταστάσεις είναι ότι συχνά νιώθουν τρόμο, απελπισία, ανημποριά, και φαίνεται να είναι σε επιφυλακή για να αποτρέψουν μια ενδεχόμενη επανάληψη του τραυματικού γεγονότος. Η αγωνία και οι εφιάλτες πολλές φορές τους κατακλύζουν για χρόνια μετά την τραυματική τους εμπειρία. Τα άτομα πολλές φορές στην καθημερινότητα τους υπολειπούνται ή αντιδρούν σε απλές καθημερινές στιγμές σαν να είναι καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.

Οι δυο μέθοδοι μέσα από τις οποίες προσεγγίζουμε το τραύμα είναι ήπιες, με μεγάλο όμως θεραπευτικό βάθος. Η μια μέθοδος είναι το Somatic Experiencing του Peter Levine και η άλλη η σωματική ψυχοθεραπεία κατά Wilhelm Reich.



## Σεμιναριακός κύκλος στις εξής προσεγγίσεις

- Αγκαλιά Αγάπης
- Συστημική αναπαράσταση
- Θεραπεία τραύματος
- Αρμονική επικοινωνία

Αυτός ο σεμιναριακός κύκλος θα γίνει για πρώτη φορά στην Ελλάδα και θα συνδυάζει την θεραπεία «Αγκαλιάς αγάπης κατά Dr.Jirina Prekop», «Συστημική Αναπαράσταση κατά Bert Hellinger», «Θεραπεία τραύματος» με την προσέγγιση της Somatic Experiencing κατά Peter Levine και τη σωματική ψυχοθεραπεία κατά Wilhelm Reich, «Αρμονική επικοινωνία» που περιέχει στοιχεία της «Μη Βίαιης Επικοινωνίας» του M. Rosenberg, το Solution focused therapy (SFT) κατά Steve de Shazer και Insoo Kim Berg και τα «Φρένα επικοινωνίας» του Thomas Gordon. Θα διδαχθεί επίσης και η Attachment theory του John Bowlby και Mary Ainsworth.

Τα σεμινάρια θα διεξαχθούν από μια διεθνή ομάδα καθηγητών. Οι θέσεις θα είναι πολύ περιορισμένες. Θα προηγηθούν προσωπικές συνεντεύξεις με τους ενδιαφερόμενους.

*Όλες τις λεπτομέρειες σε σχέση με το πρόγραμμα  
θα τις βρείτε σύντομα στην ιστοσελίδα μας.*

**Υπεύθυνη εκπαίδευσης & θεραπειών: Μαίρη Ζαπίτη**  
Αγνωρισμένη Καθηγήτρια & θεραπεύτρια Αγκαλιάς Αγάπης

**Ελληνικό Ινστιτούτο Dr.Jirina Prekop**

Κομνηνών 142β, 16561 Άνω Γλυφάδα, Τηλ.: 2109614942

E-mail: [bodymindsoul1@yahoo.gr](mailto:bodymindsoul1@yahoo.gr) | [www.bodymindsoul.gr](http://www.bodymindsoul.gr)