

Ihmissuhdetaitojen opiskelua Lapinlahden lähteellä

Helsingissä keväällä 2018

Itsetuntemus- ja vuorovaikutustaidot

Ihmisenkäsitys itsestään ja vuorovaikutustaidot kehittyvät kokemusten myötä koko elämän ajan. Niitä on kuitenkin mahdollista myös tavoitteellisesti opiskella ja kehittää. Tärkeää on ymmärtää oman historian ja elämänkulun vaikutukset ja niiden merkitys. Tietoisuus itsestä ja omasta elämäntilanteesta mahdollistaa itsenäistymisen ja vastuullisten valintojen mahdollisuudet. Kanssakäymisen ja vuorovaikutuksen osaaminen on edellytys omista oikeuksista huolehtimiselle, mutta myös yhteistyölle muiden kanssa.

Näitä aiheita käsitellään kolmena iltana klo 18 – 20 Anita Ankkuri-Ikosen kanssa. Hän on psykologi joka on toiminut kouluttajana ja työnohjaajana mm. Ryhmätyö ry:ssä.

Illat muodostavat kokonaisuuden, mutta jokaiseen voi osallistua myös erikseen.

23.1.2018 Mitä on itsetuntemus ja miten sitä voi kehittää? Hyvä ja huono itsetunto.

27.2.2018 Tunteiden synty ja dynamiikka. Kuka vastaa kenenkin tunteista? Tunteiden torjunta, hillintä ja hallinta?

20.3.2018 Hyvä vuorovaikutus ja sen esteet? Kuunteleminen, tarkentaminen ja vastaaminen. Palaute ja sen vastaanottaminen.

Lisätietoja: <http://lapinlahdenlahde.fi/fi/events/>

