**Дата:** 01 - 04 мая 2015

**Город:** Ростов-на-Дону

**Название:** «Мои жизненные выборы» - экзистенциальная терапевтическая группа (вед. С. Есельсон),

**Организаторы:** Международный Институт экзистенциального консультирования (МИЭК)

**Координаты:** Подробная информация и заявки на участие принимаются организатором группы - Кравченко Оксаной, тел.: +7 928 770 2618; +7 989 623 1518 и эл. почте: kraoks@list.ru

**Дополнительно:** Ведущий группы Семен Есельсон - руководитель совета Международного Института экзистенциального консультирования (МИЭК), главный редактор журнала «Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия», действительный член Британского общества экзистенциального анализа, член Оргкомитета I-го

Всемирного Конгресса по Экзистенциальной психотерапии

и консультирования (Лондон, 2015), экзистенциальный

консультант со стажем 32 года, автор многочисленных

терапевтических сказок

## **Приглашаем Вас участвовать в работе экзистенциальной терапевтической группы «Мои жизненные выборы», где Вы сможете продвинуться на пути решения коллизий Вашей жизни, связанных с выбором, перед которым Вы стоите.**

## **Экзистенциальная терапия – одно из наиболее**

**современных направлений психотерапии, глубоко укоренённых в культуру. В центре её внимания - не клиент как носитель психики, с определёнными её нарушениями, болезнями, а жизнь человека с её сложными взаимосвязями, во всех её противоречивых проявлениях, с её саморазрушительными и жизнеукрепляющими тенденциями одновременно. В этой терапии вместо привычного самокопания – воссоздание в групповой жизни, как в кусочке голограммы, всей «большой жизни» участников, анализ этой жизни перед лицом принятых людьми на себя принципов, попытка изменить свою жизнь.**

Мои жизненные выборы - группа экзистенциального опыта

***Туда или Не туда?***

***Однажды в экспедиции на Соловецких островах несколько путешественников искали лодочную станцию. Блуждая по лесу, они долго шли по тропинке, пока не дошли до развилки. На развилке стоял столб с двумя указателями, на одном было написано "Туда", а на другом - "Не туда". Сделав вывод, что здесь должна прятаться какая-то ловушка и что в жизни ничего так просто не бывает, мои друзья выбрали дорогу "не туда". Им понадобилось больше часа напрасной ходьбы для того, чтобы понять, что в жизни все гораздо проще, что они ошиблись и что надо было выбирать другую дорогу, ту, которая, собственно говоря, и была указана. Они вернулись обратно, и дорога "туда" привела их к лодочной станции. Самое интересное то, что это были две одинаковые дороги, это был один и тот же лес,***

***одни и те же препятствия и трудности. Единственная разница между ними состояла в том, что одна дорога вела к цели, а другая нет. Хорошо еще, что путешественники относительно вовремя поняли, что идут не туда, и повернули назад, а то потеряли бы не час, а гораздо больше. Чем дольше они бы шли по дороге "не туда", тем труднее было бы им вернуться на верную дорогу.* Как часто вы выбираете дорогу Не туда, запутавшись в сомнениях?***
***Хотите ли всегда выбирать дорогу Туда, ту, которая ведет действительно к вашей цели?***

Группа экзистенциального опыта "Мои жизненные выборы" - о том, как мы создаем свою жизнь через свои же выборы, верные или ошибочные. О том, как делать верные выборы и что делать, если все-таки ошибся. Выбирайте прийти и принять участие в группе. Позвоните и запишитесь в группу.

Зачем идут на группу "Мои жизненные выборы" или что это вам даст? Прежде всего, участники получают ответы на такие вопросы:

-

Что для нас главное, а что нет, что первично, а что вторично?

-

Почему, когда жизнь ставит нас в ситуацию выбора, мы выбираем то, а не другое?

-

Осознаем ли мы, что руководит нами, когда мы делаем тот или иной выбор? Важно ли нам об этом знать?

-

Древнегреческие философы называли "жизненным выбором" лишь те ситуации, которые содержат в себе возможность коренным способом изменить всю судьбу человека - если он на них правильно реагирует.

-

Ситуации такого плана представляли своего рода шанс, данный судьбой и в то же время "заработанный" самим человеком благодаря его предыдущим действиям, усилиям и стремлениям.

Этот шанс надо уловить, осознать и использовать. Вследствие этого жизнь человека либо изменится к лучшему таким удивительным способом, о котором человек даже мечтать не мог, либо так же стремительно начнет разваливаться, если он этот шанс упустит и если будет реагировать вопреки голосу совести и велению сердца.** Записывайтесь в группу, если это - про вас:

1. Назрела потребность в переменах;

2. Есть ощущение "что-то не так в жизни", "не туда";

3. Трудно принимать решения и делать выборы;

4. Запутался в своих жизненных ценностях, сложно расставить приоритеты...

**Очень многим знакомы до боли размышления:**

- остаться подольше в офисе и поработать или пораньше уйти и побыть с семье;
- время менять должность, работу, профессию или настолько страшит неизвестность, что лучше остаться на этой работе;
- остаться в семье или уйти к любовнице;
- оставить ребенка или делать аборт;
- оставаться в этом городе или переезжать, а если переезжать, то куда и как;
- идти в армию или отсидеться на гражданке;
- согласиться и выйти за него замуж или подождать...

Выборы пронизывают каждое мгновение жизни. Выборы, от которых зависит ваше будущее. Выборы определяют жизнь, согласитесь. Вашу жизнь.

Примите участие в группе. Это будет то самое время, когда вы трезво и ясно взглянете на свою жизнь, взвесите все и, наконец-то, сделаете выбор.

Для всех участников групп Семёна Борисовича Есельсона (а таковых уже несколько тысяч...) не секрет, что на его группах происходит нечто невероятное. Это не тренинг. Не "группа встреч". Группа "Мои жизненные выборы" - это действительно стартовая площадка новой жизни ее участников. Настоящая действенная психотерапия.

Изменения в жизни начинают происходить уже во время процесса в группе. Может позвонить кто-то, с кем вы давно хотели, но не решались поговорить. Или вы вдруг решаетесь на действие, которое считали для себя невозможным. И совершаете его.

Психотерапевтическая группа - это ни в коем случае не группа для "психов" Это:

-

удивительное пространство, которое появляется на несколько дней благодаря усилиям и присутствию участников группы;

-

новая форма социального общения, в процессе которого обнажаются и решаются трудности, обостряется осознанность и чувствование жизни;

-

воссоздание как в кусочке голограммы всей «большой жизни» участников, анализ жизни и конкретные действия на пути нужных перемен.

**Количество мест в группе ограничено.**

Группа выполняет функции отборочной для поступающих в МИЭК.