

**Это сообщение стоит как минимум того,** чтобы отнестись к нему со всем вниманием – мы попытаемся **РАСКРЫТЬ ВАМ «КУХНЮ»** того, как устроен один из самых эффективных проектов в области психологического развития! Мы хотим рассказать вам об **одной нашей программе, которой мы ОЧЕНЬ гордимся.** Это, вероятно, лучшее, что мы создали за многие годы экспериментов, смешивая и усиливая эффективность индивидуальной и групповой психотерапии.

Каждый год во второй половине июля мы собираем в одном из самых красивых мест Карпатских гор лучших гештальт-терапевтов и преподавателей гештальт-терапии из разных стран и городов, чтобы организовать пространство, в котором у вас просто не останется шансов остаться прежним! Тренеры нескольких Гештальт Институтов формируют международную команду Проекта. **Летний психологический интенсив «Рискуя Быть Живым»** - это почти две недели глубокого, «с головой», погружения в суть гештальт-терапии. Опытные специалисты будут заниматься с вами с утра до вечера, обеспечивая вам пространство для развития.

Каждое утро начинается с **лекции**, в которой мы стараемся в доступной форме рассказать о важных вещах из сферы вашего поведения, а также о том, как стоит строить отношения с окружающими людьми более эффективно. Обычно лекция попадает точно в фокус ваших интересов, поскольку ее содержание детально разрабатывается накануне вечером профессиональной командой Интенсива с учетом того, что с вами происходило в предыдущий день.

После короткого перерыва вы окажетесь в **небольшой уютной группе**, которую будет вести кто-то из опытных гештальт-терапевтов и тренеров (как правило, с опытом практической работы от 10 до 20 лет). Это сочетание групповой терапии и тренинга. Там могут быть и упражнения, и

индивидуальные сессии, и искренний разговор с другими участниками группы и ведущим.

После очередного короткого перерыва у вас будет **ежедневно один час личной индивидуальной терапии** с терапевтом, которого вы выберете сами в первый день интенсива. Это профессионально обученный специалист, который будет помогать вам работать над вашим развитием в течение всего времени интенсива. Это очень круто продвигает!

Наконец, настало время обеда и небольшой послеобеденной сиесты для клиентов интенсива – вы можете наслаждаться просто потрясающими видами вокруг, гулять, собирать грибы, общаться с другими участниками и пр.

После обеда вы снова встречаетесь **в группе**, в которой были утром. Но вести ее будет уже другой ведущий из числа международной тренерской команды. Это время для групповой терапии, а также для индивидуальной терапии в группе – вы можете получить консультацию у ведущего группы, что, разумеется, включено в стоимость, и оплачивать отдельно эту работу с вами не нужно.

После ужина вы сможете посетить **процесс-группу**. Опытные групповые ведущие помогут вам собрать воедино все впечатления, которые появились за весь день и ответить на многие вопросы, которые возникли по ходу.

Так выглядит основная часть программы. Довольно плотно и потому чрезвычайно эффективно. Все формы интенсива не просто меняются – они поддерживают друг друга, многократно усиливая общую эффективность. Это сочетание протестировано уже на опыте более десяти лет и оказалось наиболее продвигающим и эффективным.

Но это еще не все! Это лишь основная программа Интенсива, которая проходит с 10.00 до 21.00. С утра у нас обычно проходят занятия по йоге или

цигуну, которые организывают сами участники. Либо вы можете поиграть в теннис – профессиональный теннисный корт расположен прямо на крутом склоне горы – само это уже достойно внимания! Я уж не говорю о футбольном поле рядом!))

После основной программы вечером интенсив не заканчивается. Наоборот, все только начинается – проходят вечерние мастер-классы на различные темы про жизнь и психотерапию, организуются кино клуб и поэтические вечера, иногда танцевальные мастер-классы. Регулярно организаторы и сами участники проводят тематические вечеринки и капустники. Или же можно поиграть в «мафию» на несколько столов, попеть песни у костра или просто пообщаться в ресторане за чашечкой кофе с другими участниками. А ресторан там, действительно, очень хороший, как и весь сервис отеля, который носит достойный европейский характер. Менеджмент там на высоком уровне.

Главное – когда бы не закончился ваш предыдущий день, важно в 10.00 быть на утренней лекции!

Так проходит три дня подряд. К концу трехдневного блока, почти гарантированно, вы почувствуете себя немного уставшим. Поэтому последующий выходной день окажется как нельзя кстати. Игра в теннис, барбекю, баня, многочисленные европейского уровня СПА комплексы в Яремче и Буковеле, пляжи на горной реке, походы в горы, экскурсии, рафтинг, пейнтбол с участниками Интенсива, конные прогулки, походы в лес или на Говерлу помогут вам отдохнуть. Если же вы не остервенелый сторонник активного отдыха, что вполне неплохо, можно просто выспаться и почитать книги по гештальт-терапии. Ну или просто любовные романы, классику или детективы. Отдохнуть стоит, поскольку завтра в 10.00 продолжится работа. Следующие три дня устроены по аналогичному принципу с той лишь разницей, что у вас будет возможность поработать с

новыми тренерами из международной команды Интенсива. Снова выходной – снова три дня работы.

Заканчивается Интенсив общим банкетом – барашек на вертеле, умеренный алкоголь, фейерверк, несколько сюрпризов, хорошая музыка и диджей, слова признательности и прощание. И на следующий день с колоссальным багажом психологического опыта вы уезжаете домой, если, разумеется, не захотите провести еще недельку в этом уголке изумительной природы и культуры. Чего бы мы вам искренне порекомендовали, поскольку это стоит того.