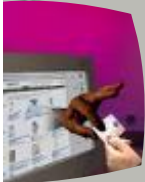




► Scoala de vara-
"Interventia in
criza"



► IRU are un nou
serviciu: Solutii
psihologice online



► Sprijiniti
campania IRU
impotriva
discriminarii!

○ Nr.1

○ septembrie

○ 2009

Institutul de Relatii Umane Bucuresti, str P Cretu 49, sect 1. www.iru.ro
Tel: 0726678940; e-mail: office@iru.ro



Institutul de Relatii
Umane

Fondator: Dr. Cristian Andrei

INSTITUTUL DE RELATII UMANE ESTE O ORGANIZATIE A IDEILOR SI PROIECTELOR CARE SE DESFASOARA
INTRE DAMENI SI IN INTERIORUL FIECARUIA, PENTRU A FACE RELATIILE MAI ARMONIOASE SI MAI
EFICIENTE.

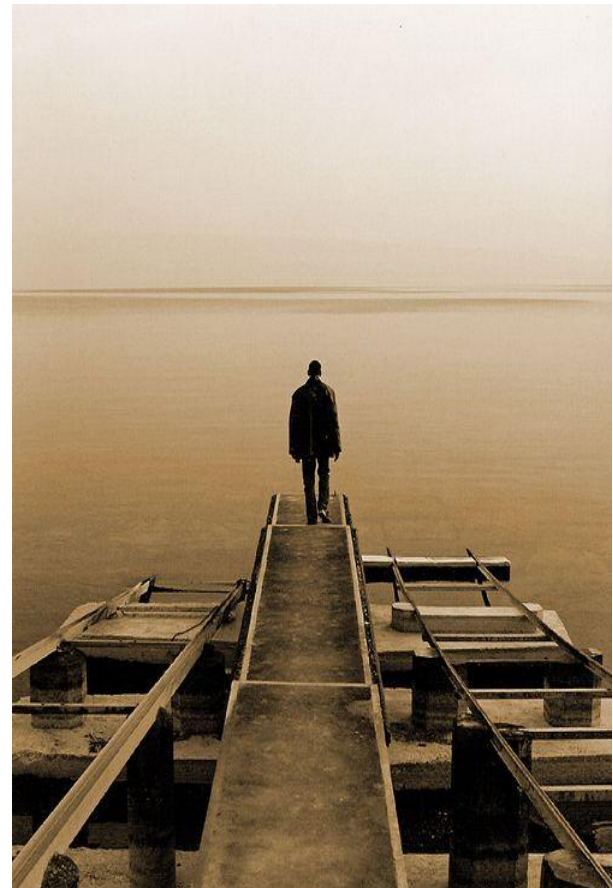
Intre 28 si 30 august si intre 3 si 5 septembrie, Scoala de vara a reunit in sala de curs a Institutului doua serii a cate 30 de persoane din diverse categorii sociale si profesionale, atrase de tema "Interventia in criza". Iata un fragment din continutul programei dezbatute:

CE POTI FACE CÂND CINEVA AMENINȚĂ CĂ SE SINUCIDE?

În primul rând să iei în serios tot ce spune și tot ce face persoana care vorbește despre suicid. Chiar dacă omul în cauză nu pare să fie foarte trist, este posibil ca în spatele unui calm aparent să se afle o depresie profundă și un plan bine pus la punct pentru a-și lua viața.

Este adevărat că unele persoane folosesc amenințarea cu suicidul ca pe o metodă de șantaj, altele au niște personalități demonstrative, iar altele pur și simplu se joacă de-a viața și moartea; iminența suicidului este, din punct de vedere medical, o urgență psihiatrică, iar asta te poate îndreptăți să suni la Salvare sau să îndemni rudele de gradul întâi să-l ducă pe potențialul sinucigaș la camera de gardă a unui spital de psihiatrie.

Oare ce se întâmplă în mintea unui om care se gândește la moarte? Cel mai adesea, el este împresurat de situații care-i par fără ieșire, iar suicidul i se pare a fi soluția care le-ar rezolva pe toate. Dacă vrei să folosești tehnici de psihologie elementară - care ar trebui să facă parte din cultura generală a fiecăruia - ai face bine să adopți o atitudine onestă, fără să pretinzi că nu ar exista necazuri în viața acelei persoane; apoi este util să-i arăți că există unele soluții alternative pentru fiecare dintre probleme și că există persoane care s-ar bucura că este în viață. Astfel de tehnici, precum și metode de ieșire din situații dificile au fost abordate în cadrul Școlii de Vară care s-a desfășurat la sfârșitul lunii august și începutul lunii septembrie.





CLINICA PRAGUL ALB



Echipa condusa de Dr. Cristian Andrei evalueaza situatia in care va aflati si va ajuta sa treceti dincolo de problemele emotionale, de relationare si de dezvoltare pe care le intalniti.

Programari la telefon:
0726.678.940
e-mail: office@iru.ro
luni-vineri, 11.00-19.00



Institutul de Relatii Umane
www.iru.ro

"Uneori ai vrea sa uiti, alteori vrei sa tii minte; si atunci pleci in cautarea unor metode care sa te ajute sa memorezi ceea ce ai inteles sau sa stergi ceea ce nu poti accepta. Cat de fidela iti este memoria?"

"Memoria ta" - o sesiune deschisa sustinuta de dr. Cristian Andrei la Institutul de Relatii Umane, sambata 26 Septembrie, ora 11.

Urmatoarele sesiuni:

Despre povesti - 10 octombrie 2009

In ce crezi? - 7 noiembrie 2009

Solutii psihologice online

Pentru o atitudine corecta fata de tine insuti

Un program al Institutului de Relatii Umane, cu specialisti ai Clinicii Pragul Alb.

Esti departe de psihologul tau. Iti trebuie o solutie chiar acum. In cateva ore poti avea aceasta solutie psihologica de la Dr. Cristian Andrei personal sau de la acel specialist al Clinicii Pragul Alb pentru care ai optat!

Oamenii au probleme, dificultati, dileme, nu neaparat boli. Intr-o astfel de situatie, tare ti-ar prinde bine parerea unui om cu pregatire, cu rabdare, care nu te judeca pentru cele ce ti se intampla. Dificultatea pe care o ai poate fi atat de mare, incat nu mai stii ce este bine pentru tine si ce nu, iti este greu sa iei o decizie sau cauti o solutie pe care sa nu o regreti mai tarziu.

Locul in care te afli nu este in apropierea unui psiholog bine pregatit; sau esti plecat din tara pentru perioade lungi, iar relatia ta cu cei apropiati sufera vazand cu ochii. In plus, cei mai buni psihoterapeuti si consilieri psihologici sunt ocupati mai tot timpul, au programari facute cu luni inainte.

Iata ce ai de facut: Intri pe www.iru.ro, completezi formularul de intrebare, platesti direct in contul afisat si, in deplina confidentialitate, primesti raspunsul la framantarea ta in cel mult 48 de ore. Specialistul poate avea nevoie de mai multe lamuriri de la tine, astfel incat este indicat sa-ti faci un abonament pentru cel putin trei raspunsuri. Clinica Pragul Alb garanteaza un raspuns calificat, de la insusi profesionistul solicitat. Competentele specialistilor Clinicii Pragul Alb pot fi cunoscute de pe www.iru.ro, unde sunt postate cv-urile profesionale, atestatele si articolele fiecaruia.

Aceste raspunsuri calificate sunt accesibile oricui ca si cost; ele au caracter de orientare in situatie, de prim ajutor psihologic si nu constituie o tehnica terapeutica. Intre solicitant si specialist se poate stabili astfel o relatie profesionala care poate continua intr-o viitoare terapie.

SI TU AI OBRAZI!

Un proiect al Institutului de Relatii Umane impotriva discriminarii rromilor.

Discriminarea minoritatii rrome exista cu adevarat in Romania, chiar daca noi ne consideram un popor tolerant. In mai toate discutiile despre minoritati etnice se nasc polemici in care rromii sunt criticati pentru asa-zisele "metehne imposibil de corectat" pe care le-ar avea; putini oameni stiu ca intre aceste metehne si discriminarea rromilor din scoli, comunitati, medii profesionale - exista o legatura directa.

Institutul de Relatii Umane are o idee simpla si cat se poate de sugestiva:

aceea de a alatura obrazul unor lideri de opinie din Romania de obrazul unor oameni de etnie rroma, cu mesajul urmator: "Si tu ai obraz!"

Daca iti place ideea, alatura-te acestui proiect. Ne trebuie: spatii pentru publicitate stradala, spatii media (radio, tv, presa), fotograf de inalta tinuta profesionala, persoane de etnie rroma ca subiect foto, eventual sprijin financiar in contul IRU:

RO95BTRL04801205R41708XX, Banca Transilvania, Agentia Domenii.