



► Comentarii psihologice
Articol dr. Cristian Andrei-
"Ritualul alegerilor "



► IRU are un nou
serviciu: Programul de
dezvoltare personala



► Terapeutul lunii

○ Nr. 2 | ○ octombrie | ○ 2009



Institutul de Relatii *Umane*

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

In fiecare numar al acestui Newsletter veti gasi un articol care exprima viziunea psihologica a specialistilor din Institutul de Relatii Umane asupra evenimentelor de actualitate din tara.

RITUALUL ALEGERILOR *intre omul politic si om*

In privinta alegerilor care se apropie, eu cred ca poti si trebuie sa vezi lucrurile si altfel. Nu tu esti alegatorul, ci acela care are inca de pe acum mai multa putere decat tine. El este un individ care se doreste a fi dominant, din moment ce cauta sa aiba putere in plus. Stie ca el practic nu exista fara o masa de persoane care sa-l sustina.

Dupa un ritual vechi de cand lumea, omul politic te alege pe tine impreuna cu altii care sunt susceptibili sa i se supuna. Iti arata in public o imagine cat mai impresionanta, usor de incadrat in arhetipul tatalui, al eroului si chiar al magicianului.

Comportamentul lui este ca al unui pradator in perioada de imperechere: fioros cu ceilalti masculi, dar mios cu partenera. Confruntarea omului politic cu cei de felul lui este un spectacol dur, in care simti ca tu nu

ai loc decat ca spectator

Simpatia pe care o ai pentru un om politic este de fapt nevoia ta de a fi un vasal al acelui om. A fi vasalul cuiva iti aduce senzatia ca esti in siguranta, protejat. Faptul ca ajungi sa-i urasti pe ceilalti oameni politici cu care nu votezi arata ca te astepti ca omul politic votat de tine sa te apere de ei, de interesele lor, iar pentru asta vei plati ani de zile un pret din demnitatea ta.

Ce poti face ca sa fii ales mai greu? Trebuie sa opui cat mai multa rezistenta. Este important sa comunici cu egalii tai, sa pui intrebari, sa emiti pretentii, sa-i dai omului politic senzatia ca ai o putere apropiata de a lui. Poti si trebuie sa stapanesti domeniul tau mai bine decat omul politic; el nu are ce cauta la locul tau de munca pentru a-ti spune ce sa faci. Aminteste-i omului politic faptul ca e om.

Dr. Cristian Andrei



Dezvoltare personala

In scopul optimizarii, autocunoasterii si dezvoltarii personale, in scopul remiterii problemelor emotionale, cognitive si de comportament, participati la acest

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

IRU organizeaza, incepand cu 17 octombrie, grupuri de dezvoltare personala si autocunoastere adresate atat persoanelor interesate de dezvoltarea personala, cat si psihologilor care doresc formare in psihoterapie, studentilor aflati in programe de acreditare in psihologie clinica sau psihoterapie.

In cadrul grupului aveti posibilitatea sa ascultati si sa fiti ascultat, sa va cunoasteti mai bine resursele personale, sa invatati sa va rezolvati problemele din relatiile interpersonale, sa invatati sa comunicati si sa reactionati optim in anumite situatii din viata dumneavoastra.

Aici veti avea ocazia sa invatati sa interactionati intr-un mediu de acceptare neconditionata in care puteti fi creativ, sa va exprimati liber, sa descoperiti ce inseamna increderea in dumneavoastra si in cei din jur, stima de sine, relatia cu propria persoana si cu ceilalti.

Grupul va fi format din 12 - 14 participanti si se va desfasura pe parcursul a 50 de ore, sambata intre orele 11:00 - 15:00.

Psihologii si studentii aflati in curs de formare vor beneficia de certificate de participare care atesta orele de dezvoltare personala si care vor fi recunoscute de Colegiul Psihologilor. Formatorii sunt:

Cristina Fulop - psiholog psihoterapeut, formator acreditat de Colegiul Psihologilor din Romania,

Leliana Valentina Parvulescu - psiholog clinician, in curs de formare continua in psihoterapie.

Costul unei sedinte de 5 ore (4 ore in grup si o ora sarcini individuale) este de 100 RON.

Pentru informatii suplimentare sau inscriere ne puteti contacta la numerele de telefon: 021 224 22 14 / 0726 678 940 sau puteti trimite un e-mail la adresa office@iru.ro.

Gala Gesturilor de Suflet in Sanatate Mintala

Eveniment al Fundatiei Estuar

Pe 15 octombrie 2009, in cadrul Galei Gesturilor de Suflet in Sanatate Mintala au fost premiate persoane publice, specialisti, angajatori si voluntari pentru contributia acestora la imbunatatirea calitatii vietii persoanelor cu probleme de sanatate mintala.

Premiile anului 2009 au fost acordate persoanelor care in perioada octombrie 2008 - septembrie 2009 au contribuit la imbunatatirea domeniului sanatatii mintale din Romania, care au sustinut prin orice mijloace campanii in favoarea persoanelor cu dizabilitati, care au incadrat in munca persoane cu probleme psihice.

Printre castigatorii premiilor se numara personalitati precum : Mirabela Dauer, Directia Generala de Asistenta Sociala si Protectia Copilului sector 6, Banca Comerciala Romana, Carrefour Romania.

Gazdele evenimentului din acest an au fost doctorul Cristian Andrei, presedinte al Fundatiei Estuar si Andreea Marin Banica.

La 13 septembrie 2009, Fundatia Estuar a implinit 16 ani de cand este una dintre cele mai de succes organizatii din domeniul Sanatatii Mintale in Romania.





Grupul in situatii de conflict

In perioada 14 - 15 nov. la Institutul de Relatii Umane se organizeaza un program interactiv cu tema: "*Grupul in situatie de conflict*", ce are ca obiectiv invatarea unor noi modele de comportament si unor noi deprinderi de a face fata situatiilor conflictuale. Din grup pot face parte cupluri, grupuri mici sau persoane provenite din diferite medii.

Atelierul se desfasoara sub indrumarea psihologului *Veronica Stefana*, specializat in psihoterapie cognitiv – comportamentala.

Grup terapeutic pentru parinti

Acest grup terapeutic este un sprijin pentru persoanele care au suferit pierderea fizica a unui copil sau pierderea imaginii ideale a acestuia (copii cu diverse dificultati, cu dizabilitati, boli incurabile etc).

Intr-un cadru optim, la Institutul de Relatii Umane, psihologul *Mirela Oancea* insoteste membrii grupului in exprimarea emotiilor si traierilor cu privire la pierderea suferita.

Formarea doamnei *Oancea* ca psihoterapeut de familie s-a facut in decursul patru ani cu formatori din tara si strainatate, obtinand competentele necesare unui bun practician.

Lucrand cu familii cu diverse problematici, d-na psiholog foloseste o varietate larga de tehnici care o recomanda ca un terapeut dinamic si flexibil.

Din grup pot face parte 8-10 parinti sau orice persoane care se simt afectate de o astfel de pierdere. Durata unei sesiuni este de aproximativ 2 ore. Scopul ei este sa-i insoteasca pe participanti pe drumul regasirii echilibrului emotional si social. Fiind vorba de un grup terapeutic, sesiunile sunt platite, avand un pret foarte accesibil. Participantii pot opta in continuare pentru sedinte individuale in cadrul clinicii *Pragul Alb*.



Terapeutul lunii



Cristina Fulop

Psihoterapeut in cadrul Institutului de Relatii Umane

Cu o experienta de peste 10 ani in psihoterapie si psihologie clinica in cabinet si in spital, *Cristina Fulop* abordeaza o cazuistica diversa atat in dezvoltarea personala cat si in gestionarea situatiilor dificile de viata si a simptomatologiei specifice, nevrozelor si tulburarilor de personalitate. In psihoterapie gasim in egala masura persoane care lucreaza individual, cat si cupluri dornice sa treaca peste problemele de zi cu zi.

Ca formator al Asociatiei de Hipnoterapie si Psihoterapie cognitiv-comportamentala, *Cristina Fulop* contribuie la formarea psihologilor ca psihoterapeuti.

In prezent, *Cristina Fulop* performeaza in cadrul Institutului de Relatii Umane, fiind implicata in proiecte diverse, cel mai nou fiind programul de Dezvoltare Personală in grup adresat atat psihologilor cat si altor persoane care doresc sa se optimizeze.





In ce crezi?

Aceasta este o intrebare aparent usoara pentru momentele cand esti increzator in tine; in astfel de momente ai tendinta sa filosofezi si spui: "Eu cred in mine!". Dar e suficient sa vina momentul-limita cand "Eu" e depasit.

Atunci vei spune: "Dumnezeule!" sau "Mama!" sau "La naiba!" si se va vedea in ce crezi tu, care-s convingerile tale cu adevarat.

Institutul de Relatii Umane va invita la Sesiunea deschisa cu tema "IN CE CREZI?", sustinuta de dr. Cristian Andrei, sambata 7 noiembrie, ora 11.00.

PROGRAMUL URMATOARELOR SESIUNI DESCHISE

21 NOIEMBRIE 2009
"VIOLENTA SI TANDRETE"

5 DECEMBRIE 2009
"SEDUCTII INTELECTUALE"

19 DECEMBRIE 2009
"DARURI, TAXE SI BACISISURI"

Dupa patru participari la sesiunile organizate de Institutul de Relatii Umane, invitatii nostri primesc un certificat de practica, sesiunile fiind interactive.

Pentru informatii suplimentare scrieti-ne la adresa: office@iru.ro

Pentru inscrieri puteti suna la: 021/ 224.22.14; 0726.678.940

Taxa de participare: 50 RON/ studenti: 30 RON

Oportunitate de formare pe cazuri pentru practicieni la Institutul de Relatii Umane



La IRU au loc miercurea, de la ora 19, prezentari si dezbateri de cazuri cu dr. Cristian Andrei si echipa sa de terapeuti. Cei interesati in a-si perfectiona nivelul profesional, sunt invitati sa participe la aceste prezentari de cazuri. Este necesar sa contactati secretariatul Institutului, avand in vedere ca locurile sunt limitate.

Pentru o serie de 4 participari, IRU va elibereaza o adeverinta de practica. Adresa de e-mail a Institutului de Relatii Umane: office@iru.ro



Institutul de Relatii Umane
www.iru.ro
Fondator: Dr. Cristian Andrei



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**

Editor: Gina Morosanu