

# A Meseterápia

módszerei, technikái

## Hatékony eszköz a mindennapi stressz, szorongás oldására



*Anyja! Apa! Ugye lesz ma este mese? Mert mesét hallgatni, és mesélni is jó!*

**Miért jó mesélni?** Ön gondolta volna, hogy a mese egy kiváló eszköz saját és gyermekeink félelmeinek, szorongásainak feloldására? Ha tudatosan választunk mesét, akkor segítségével feltárhatjuk gyermekünk lelki problémáit, megismerhetjük mindennapi vívódásait? A mese, mint nevelési, pedagógiai, módszertani eszköz, segíti a mindennapokban előforduló stressz, szorongás feloldását, a nehézségek feltárását és feldolgozását. Ehhez tud hatékony segítséget nyújtani a meseterápia elvégzésével a tudatos szülő; vagy a gyermekek mindennapjait látó pedagógus.

**A képzés célja,** hogy Ön megismerje a meseterápia lényegét, a mesék pszichológiai és lelki hatását a különböző életkorban lévő gyerekekre. A tanfolyam során Ön képet kap mesék típusairól, fajtáiról; elsajátítja és a gyakorlatok során kipróbálhatja a mesék „gyógyító erejét”. A képzés sikeres elvégzésével a résztvevő tudatosabban ki tudja választani a gyermek életkorának, lelkiállapotának, személyiségének a legmegfelelőbb mesét; és mese segítségével képes feltárni a gyermekben zajló mélyebb lelki tartalmakat; ezáltal könnyebben tud a gyermek mindennapjaiban hatékony segítséget nyújtani.

### A képzés tartalma:

- Meseterápia definíciója
- A népmeséről általában, a mesék szerkezete, felépítése
- A gyerekek és a mese, miért kell/kellene mesélni a gyerekeknek
- Hogyan lenne jó mesélni?
- A mesék hatása a gyermek személyiségének fejlődésében. Mi az összefüggés meséd, hősöd, szereplőik, személyiséged és szükségleteid között?
- Hogyan nyújtanak megoldást a mesék korunk „népbetegségeire”, a stresszre és a belőle jövő érzelmi, hangulati és egyéb pszichés zavarokra?
- Melyik életszakaszban, milyen mese?
  - Óvodás korban
  - Kisiskolásoknál
  - Kamaszoknál
  - Felnőtté válás idején
- A mesék „gyógyító ereje”
- A mesék ábrázolás, a képi megjelenítés módjai (belső képek realizálása)
- A mesék dramatizálása, zenés „illusztrációja”
- Mesélés gyakorlata
- Mesék közös feldolgozása
- Kedvenc mesék feldolgozása

### A képzés időpontja:

**2013. május 31-június 1.**

(pénteken: 14.00-tól 18.00-ig, szombaton 9.00-tól 17.00-ig)

**A képzés díja: 8.000 Ft + áfa, amely képzés teljes költségét tartalmazza.**

Az oktatási napokon a résztvevők számára ellátást biztosítunk (kávét, üdítőt, pogácsát; szombaton ebédre pizzát)

**A képzés tervezett helyszíne: CIVIL KÖZÖSSÉGEK HÁZA, Pécs, Szent István tér 17.**

A tanfolyam tervezett létszáma: min. 10 fő – max. 12 fő. A képzés elvégzéséről tanulóink tanúsítványt kapnak.  
Oktató: Dr. Kanizsai Melinda, orvos, terapeuta.

**Jelentkezni lehet:** a csatolt jelentkezési lap kitöltésével és visszaküldésével a [granitas@granitas.hu](mailto:granitas@granitas.hu) e-mail címre vagy on-line módon, a **Granitas Oktató Szolgáltató Kft.** honlapján [www.granitas.hu](http://www.granitas.hu)

**Bővebb felvilágosítás kérhető:** Földesiné Fülöp Zitától 06(20)579-6979



Felnőttképzési nyilvántartási szám: 00739-2012