

# Poziv na uključivanje u grupnu psihoterapiju

## Što je grupna analitička psihoterapija?

To je psihoterapijska tehnika s dominantnim psihodinamskim pristupom. Rad u analitičkoj grupi pomaže osobi u boljoj integraciji u okruženje, obitelj, prijateljske grupe i radno okruženje. Članove psihoterapijske grupe se potiče i ohrabruje da dođu do razumijevanja svoje životne situacije istraživanjem kako su pojedina iskustva doprinijela razvoju njihove osobnosti i odabiru određenih obrazaca ponašanja. U grupi se razmatraju odnosi između članova grupe, te se zajedničkim radom dolazi do novih emocionalnih iskustava koji se tada koriste u svakodnevnim situacijama i u profesionalnom i u privatnom životu. Kroz međusobno razumijevanje i komunikaciju članovi uče jedni o drugima i o samome sebi. Promjene kod članova se događaju kroz interakciju sa svim članovima i s terapeutom.



## Mjesto:

Nastavno – klinički centar  
Edukacijsko – rehabilitacijski fakultet  
Borongajska 83f

## Vrijeme:

Utorkom u 17:00  
Svaki susret traje 90 minuta

## Cijena:

54 eura mjesečno

## Kome je namijenjena?

Uključivanje se preporučuje punoljetnim osobama širokog dobnog raspona s različitim životnim problemima poput anksioznosti, narušenih odnosa, usamljenosti, niskog samopoštovanja, nezadovoljstva, nesigurnosti, zakočenosti u korištenju potencijala i sl.

Kroz razgovor u maloj grupi radi se na povećanju uvida u vlastite konflikte, na unaprjeđenju odnosa s drugima, na razvijanju socijalnih vještina.

## Što možete očekivati?

Prije uključivanja u grupu provodi se inicijalni razgovor na kojem se razgovara o nekoliko tema: Što vas je dovelo u terapiju; Osobna i obiteljska povijest; Odnosi; Očekivanja od terapije i dr. Na inicijalnom razgovoru dobit ćete detaljne informacije kako grupa radi i kako izgleda terapija.

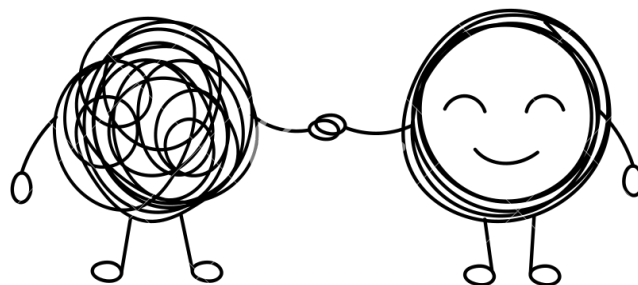
Grupa funkcionira kroz slobodan razgovor uz vodstvo grupnog analitičara. Veličina grupe je oko 8 stalnih članova koji se redovito sastaju.

## Prijave za uključivanje:

[gabrijela.ratkajec.gasevic@erf.unizg.hr](mailto:gabrijela.ratkajec.gasevic@erf.unizg.hr)

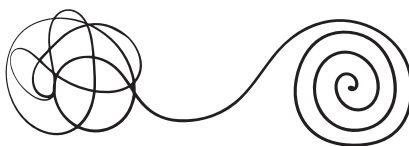
[gabrijela.rg@gmail.com](mailto:gabrijela.rg@gmail.com)

Tel: 091 517 43 06



## Koji su dobitci od uključivanja?

- Osnaživanje
- Rad na samopouzdanju i motivaciji
- Bolje nošenje sa svakodnevnim životnim situacijama
- Suočavanje sa stresom
- Prorada teških životnih događaja
- Gubitak simptoma
- Osobni razvoj
- Prorada patoloških aspekata ličnosti
- Unaprjeđenje odnosa s drugima
- Bolja integracija u okruženje
- Veća odgovornost prema sebi, svom životu i izborima.



## Ukratko o voditeljici psihoterapijske grupe:

Izv.prof.dr.sc. Gabrijela Ratkajec Gašević, zaposlena na Edukacijsko – rehabilitacijskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu. Socijalna pedagoginja, savjetodavna psihoterapeutica realitetne terapije (Institut za realitetnu terapiju) te je polaznica psihoterapijske edukacije iz grupne analize (Institut za grupnu analizu). U istraživačkom i kliničkom smislu bavi se temama spremnosti na promjenu, motivacije, osobnim kapacitetima. Autorica znanstvenih i stručnih radova te stručne knjige o savjetovanju, o promjeni ponašanja i kapacitetima za promjenu ponašanja.