

## **3KEYS TO SELF-UNDERSTANDING (3 ključa ka boljem razumevanju sebe) pruža snažan pristup ka efikasnoj i dugoročnoj ličnoj promeni**

**3Keys Uvodna radionica u Beogradu, 11. i 12.maj 2019.** (Beograd, Srbija)

3Keys pruža klijentima mogućnosti da prevaziđu uporne životne izazove i počnu samostalno da donose odluke u skladu sa njihovim istinskim potrebama. Svojim jedinstvenim pristupom 3 Keys ljudima daje potrebne mehanizme uz pomoć kojih mogu samostalno, kontinuirano i efikasno da rade na prevazilaženju ličnih problema. 3Keys efektivno kombinuje nekoliko ključnih činilaca, a to su: rad sa onim delom desne hemisfere mozga koja se bavi emocijama, tehnike kognitivne analize i plan akcije.

Ova vrsta boljeg poznavanja sopstvene ličnosti bi mogla da bude prava stvar za vas ukoliko ste:

- Uspešni u svom poslu, ali osećate da vas to previše iscrpljuje
- Želite da unapredite svoj lični i profesionalni razvoj i osećate potrebu ka većem zadovoljstvu na ličnom planu
- Ako vam je potrebna pomoć u prevazilaženju stresa i stresnih situacija koje vas umaraju, ostavljaju bez energije ili potpuno emotivno i fizički iscrpljuju
- Želite da rešite određene probleme koji vam narušavaju zdravlje i sreću, poput upornih konflikata, disfunkcionalnih veza, depresije ili toksičnog ponašanja

Ukoliko se jedna ili čak više navedenih stavki odnosi na vas ili makar iz radoznalosti želite da saznate nešto više o 3Keys radu i tehnikama, dobrodošli ste na našu predstojeću radionicu.

### **3Keys Uvodna radionica**

Tokom dva dana, koliko će trajati Uvodna radionica, Pet Viman (Pat Wyman), poznati terapeut iz Amerike i začetnica 3Keys modela rada govoriće o razlici između našeg „suštinskog“ dela ličnosti i našeg „odbrambenog sistema“ .

„Suštinskim“ delom se smatra onaj deo nas koji nas čini da se osećamo jaki, neiscrpn, uravnoteženi, a koji se profilise putem poznate Mayers-Briggs vrste tipologije- MBTI. Sa druge strane, odbrambeni sistem karakteriše sve ono što radimo kada smo pod stresom, kada nam je neprijatno ili smo uplašeni, a profilise se putem Enagrama (Enneagram).

Ona će takođe pokazati kako da znamo koja od te dve naše urođene strane zapravo upravlja našom svakodnevicom i koji su nam mehanizmi na raspolaganju da se povratimo ukoliko nas neka situacija izazove. Isto se može primeniti i na vašeg klijenta, zaposlene u vašoj ustanovi, supružnika, dete...

Samim tim što uvidite da postoje dva sistema upravljanja, omogućiće vam da prepoznate da li neko dela iz svog odbrambenog sistema i daće vam neophodne mehanizme kako da ga vratite u njegovo suštinsko delovanje. Iako je ova radionica prvenstveno namenjena ličnom razvoju, takođe može poslužiti pri profesionalnom psihološkom radu sa klijentima ili decom. Svi učesnici će biti u mogućnosti da sa stečenim znanjem odrede svoj lični odbrambeni, kao i suštinski profil, znanje koje će moći odmah da upotrebe u svakodnevnoj praksi.

Po završetku radionice:

- Dobićete uvid u 3Keys model rada kao i osnovno razumevanje MBTI i Enagram načina profilisanja ličnosti. Saznaćete i koje su uloge ova dva sistema tipizacije u okviru strukture ličnosti.
- Svaki učesnik radionice moćiće da odredi svoj lični MBTI i Enagram profil, a dobiće i listu koja slikovito predstavlja na koji način se oni međusobno preklapaju ili razilaze.
- Razumećete razloge unutrašnjih konflikta, neobičnog ili naizgled iracionalnog ponašanja.
- Naučićete da prepoznate taktike odbrambenog sistema koji u vidu emotivnog štita koristite na ličnom nivou vi sami ili vaše dete, suprug, zaposleni...Time sebi stvarate prednost da objektivno odreagujete u datoj situaciji na najdelotvorniji način.
- Upoznaćete neke od 3Keys stručnjaka.

### Program

Subota, 11.maj (10 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> )	Nedelja, 12.maj (10 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> )
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Predstavljanje 3Keys modela</li><li>2. Uvod u MBTI® način tipizacije ličnosti</li><li>3. Eksperimentalne vežbe za pristup “suštinskom” delu sopstvene ličnosti</li><li>4. Uvod u Enagram i njegova uloga u našem odbrambenom sistemu</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Interakcija između MBTI® i Enagrama; specifični primeri različitih kombinacija</li><li>2. Individualni dijagrami i diskusije</li><li>3. Praktična primena dijagrama: vežbe i vizuelizacije</li><li>4. Otkrivanje primera ličnog podsvesnog programiranja i predstavljanje načina na koji možete da preuzmete kontrolu nad sopstvenim odbrambenim sistemom.</li></ol>

### Praktične informacije

**Plaćanja:** Vaša investicija za oba dana je € 50; u cenu ulaze kafa, čaj, posluženje i svi materijali. Plaćanje se vrši nakon registracije i novac se ne može vratiti nakon **1. aprila**. U slučaju da niste u mogućnosti da prisustvujete, možete poslati nekog drugog umesto vas, bez dodatne naknade.

Registrujte se do **1. marta 2019.** i platite samo **€ 40** (bez PDV-a)!

**Lokacija:** Mesto održavanja radionice biće objavljeno u dogledno vreme.

**Registracija:** Za registraciju pošaljite mejl Milici Proročić Đoković na [milicaprorocic@yahoo.co.uk](mailto:milicaprorocic@yahoo.co.uk) ili je kontaktirajte na telefon +381 641230462.

### O nama

Pet Viman više od 25 godina radi kao terapeut u privatnoj praksi specijalizovanoj za duboko emocionalno isceljenje. Ona je međunarodno priznati stručnjak za kombinovanu upotrebu MBTI® i Enagram instrumenta. Njenu knjigu objavio je CAPT, “Three Keys to Self- Understanding : An Innovative and Effective Combination of the MBTI®, the Enneagram and Inner Child Healing”. Više o Pet možete naći na [www.patwyman3keys.com](http://www.patwyman3keys.com).

Ovu radionicu organizuje  
3Keys International Organization,

[www.3keysinternational.org](http://www.3keysinternational.org)

3Keys: Affective Work for Effective Change