



## Autentična ličnost

Iskustveni modul čiji je cilj da edukanti, preko posebno dizajniranog protokola za samoistraživanje krenu u proces samoupoznavanja i u kraćem vremenu upoznaju put kojim će voditi i svoje klijente. Protokol vodi edukante od procesa samoprocene, prepoznavanja aspekata sebe kojima nisu zadovoljni i koje žele da menjaju, ka otkrivanju uzroka koji su doveli do takvog formiranja njihove ličnosti.

Na formiranje naše predstave o sebi i toga šta možemo da uradimo uticali su događaji i iskustva kako pozitivna tako i negativna kojima smo u životu bili izloženi, kao i način na koji smo odreagovali u određenim situacijama. Na formiranje osobe, pored odsudnih događaja, atmosfere u kojoj je odrastala, uticali su i ključni ljudi koji su je vaspitavali, kao i ključne odluke koje je ta osoba donosila u različitim životnim periodima. Protokol vodi edukante ka otkrivanju tih faktora koji su uticali na njeno formiranje.

Neretko se dešava da primajući pogrešne informacije o nama samima, stvaramo pogrešan doživljaj sebe, koji nas dalje u životu sputava i ne da nam da verujemo u sebe i uživamo u životu. Kakve god da su okolnosti ne treba dozvoliti da razlozi neuspeha prerastu u izgovore. Osnovni cilj modula je otkrivanje i razumevanje razloga neautentičnog življenja; Otkrivanje i afirmacija sopstvene autentične ličnosti; Razumevanje i nalaženje načina da prošlost ne upravlja budućnošću; Pronalaženje odlučujućih izbori koji su napravljeni a koji utiču na formiranje ličnosti danas kao i razumevanje sopstvenih reakcija i tumačenja, značajnih unutrašnjih faktora (ne) autentičnosti.

Ovaj protokol se dopunjava tokom cele edukacije sa ciljem da edukanti naprave sveobuhvatan prikaz sopstvenog razvoja, "studiju slučaja sebe", vežbajući pri tome i pravljenje prikaza razvoja uvida i promena koje će kasnije koristiti kod prikazivanja rada sa svojim klijentima.

### Cilj modula:

Iskustvo povezivanja obrazaca stečenih u prošlosti sa aktuelnim obrascima ponašanja.



Kreiranje plana promene

### **Ishod modula:**

Edukanti prepoznaju povezanost sopstvenih obrazaca stečenih u detinjstvu i mladosti sa aktuelnim obrascima ponašanja, stekli su uvid u tipične razvojne teme vezane za određene periode života (do šeste godine, od šeste do puberteta, od puberteta do adolescenije), razumeju koncept razvojnih zadataka, moguće zastoje, rane maladaptivne obrasce, pripremljeni su za dublje razumevanje psihanalitičkih koncepata i uključivanje u psihoterapijsku grupu.

### **Sadržaj modula:**

Edukanti popunjavaju posebno dizajnirane protokole za lični rad - koji ih vode kroz proces prepoznavanja nekih sopstvenih samoporažavajućih obrazaca, prepoznavanja događaja, osoba i sopstvenih odluka u prošlosti koji su uticali na formiranje njihove ličnosti.

### **Način održavanja modula:**

Modul se održava u okviru dva vikenda, odnosno 24 sata ili 32 časa.

### **Literatura:**

Jovanović, N.(2006). „Živeti ili životariti“, Narodna Knjiga-Protokol „Autentična ličnost“