



Co-counselling 30 - Önsegítő, társsegítő módszer A teremtő figyelem és társas támogatás jelenlétében

A társas tanulás célja, hogy a résztvevők egy 32-40 órás alapkursus során elsajátítsák az 1970-s évek óta, a humanisztikus pszichológia alaptéziseire épülő, élő és aktív önsegítői és kölcsönös támaszkodói készségeket elmélyítő módszert. Magyarországon 1985-86. óta elérhető, a nemzetközi hálózat szerves tagjaként működő, támogatói közösség.

2015. július 3-5. (Remeteszlő, Nagykovács) és július 16-19. Balaton, Ábrahámhegy.

A co-counselling alapok elvégzése után

1. megerősödik mély odafigyelésed önmagadra és másokra
2. az asszertív kommunikációhoz alapvetően szükséges önreflexiód és érzelmi intelligenciád
3. a páros és csoportos munka szerkezete tisztább és erősebb énképhez vezet, amely társul a spirituális fejlődést szolgáló éberség és megfigyelő, meditatív, reflektáló éned kibomlásában is
4. részt vehetsz egy évenkénti, nemzetközi találkozón, ([CCI](#)), és a hazai cocosok rendszeres műhelytalálkozóin,
5. gazdagszik személyes kompetenciád



- a támaszkodás, a konzultáció, a coaching, a tanítás és a vezetés terén
- az önreflexió, az érzelmi intelligencia és az önértékelés terén,
- sőt ehhez egy elkötelezett támaszcsoportot és módszertant is kapsz

Alkalmazható: szakmai műhelyek, közösségek erősítésére, minden támaszadó, segítői foglalkozásban (tanár, pszichológus, mentálhigiénés szakemberek, gyógyítók.), közösség és szervezetfejlesztők, coachok és facilitátorok, önsegítő csoportok, és a lelkiségély nyújtás kiegészítéseképp, stb.

Vezeti: Ruzsa Ágota Éva, a magyar és nemzetközi CCI (Co-Counselling International) közössége által jóváhagyott coco tanár

Jelentkezés [Itt](#) és további tájékozódás: a [Facebookon](#) és [honlapunkon](#) megtalálod.

Díjazás a coco szellemiségének megfelelően a képzési díj: **44.000-65.000 ft** között /6 nap/, melyből 22.000 Ft regisztrációs díj. Természetesen a minimum díjazás (44.000HUF) feletti összegből a fizetni nehezen tudókat, ösztöndíjat kérőket is tudjuk segíti.

Ajánlás: „Ez egy olyan lehetőség a személyes fejlődésre, ahol a gyakorlatokat párban csinálod, egyszer konzultáns, egyszer kliens szerepben, rátanulsz az önállóságra és a segítő módra ugyanazon ülés alatt. Ha elvégezted az alaptanfolyamot utána már dolgozhatsz a megoldandó ügyeiden a hasonlóan végzettekkel. Nincs újabb kiadásod, az idők végeztéig ingyen fejlődsz. ...Az életem egyik nagy jótéteménye, hogy elvégeztem ezt a tanfolyamot. Olyan kultúrát ismertem meg, amit sehol másutt, szabadságot, nyíltságot, felelősséget magamért. Ajánlani tudom mindenkinek. Ha jobban elterjedt volna hazánkban, a világban, akkor a dolgok jobban mennének.” Kaminszki Ildikó

„Ajánlásom a kokó használatát illetően egyértelmű; szakmai (és) önmagamról szóló tudásom értékesebbik felét a 15 éves kokós létem formálta. Nagykőrösön a 2008-ig tartó főiskolai tanári munkám utolsó éveiben a 4x30 órai, bentlakásos (Berekfürdő) készség-és személyiségfejlesztő tréningek egyike szabadon választható volt, így lettek alapkursusok. A dolog a személyemhez kötődött, így távozásommal együtt abbamaradt...A szociális munka mesterképzésen egy év a személyközpontú megközelítésé, készségszintre is eljut a hallgatók egy része; és 3 féléven keresztül használjuk az esettfeldolgozó csoportokon (de ez nem tiszta kokó kb. 70%). Én 2 előadásomban is beépítettem történetét, jelenét, kiegészítendő a módszertani elemeket. (SEMMELEWEIS Egyetem, Mentálhigiéné Intézet). Hát ennyi... és sok sikert az új kurzushoz! Szeretettel ölelek, Fruttus Levente



A képzés szervesen kapcsolódik és moduláris alapon elfogadjuk a SoL Intézet **jelenLét coach- és TÉR facilitátor képzési** programjában.