

Гешталт Арт Терапија
ул. Драгица Мишовиќ бр. 1/3 Скопје
www.gestaltart.mk
info@gestaltart.mk

Прв Конгрес на Психолози на Р.Македонија

Абстракт за постер:

СЕЌАВАЊА - ГЕШТАЛТИСТИЧКО-УМЕТНИЧКИ ПРИСТАП

Цветанка Штерјова Бурзевска

л.Психолог, Гешталт Психотерапевт, тренер, практичар по Арт терапија. Основач на Гешталт Арт терапија.

Контакт: Цветанка Бурзевска c.burzevska@gmail.com

Формирањето нови спомени е неверојатно сложен и фасцинантен процес. Ајде да погледнеме и да разбереме како информациите се трансформираат во меморија од психолошка перспектива.

Меморијата ни служи на многу сложени начини. Ни овозможува да ја обработиме нашата околина, да го подобриме однесувањето, да му дадеме контекст на она што го живееме, но и да се ослободиме и да прифатиме одредени сеќавања кои не ни биле баш пријатни но сепак сме. Студиите за овој психолошки феномен откриваат дека меморијата се јавува во фази, што ни дава вреден увид во внатрешната работа на мозокот.

Меморијата е тековен процес на задржување информации со текот на времето. Бидејќи ја сочинува самата рамка преку која ја сфаќаме смислата и преземаме акција во сегашноста, нејзината важност се подразбира. Но, како точно функционира? И како можеме да ја примениме и подобро да ја разбиреме заедно со неговото внатрешно функционирање?