



# Mótvægissjóður velferðarvaktarinnar

Verkefni : Í aðalhlutverki í eigin lífi

Fimm helgarvinnustofur 24. september 2010 – 26. mars 2011

Styrkþegi: Hlutverkasetur

## Samantekt

Pátttakendur í vinnustofunum voru ýmist fagfólk úr geðheilbrigðisþjónustu eða leikmenn. Unnið var með lausnir á hversdagsvanda og kreppum á vinnustað með aðferðum Morenos sem hann nefndi *psychodrama*. Stjórnendur á vinnustofunum voru Celia Scanlan, Maria Lumsden Rieder og Trausti Ólafsson, öll meðlimir í bresku psychodramasamtökunum og félagar í Evrópusambandi geðmeðferðaraðila. Trausti stjórnaði á öllum vinnustofunum 5 en þær Celia og Maria voru meðstjórnendur hans á einni vinnustofu hvor. Alls tóku 23 þátt í vinnustofunum. Lagðir voru nafnlausir spurningalistar fyrir þátttakendur áður en vinnustofurnar hófust og eins í lok þeirra. Svör við seinni spurningalistanum sýndu að allir þátttakendur töldu sig hafa haft töluverðan persónulegan og faglegan ávinning af þátttöku sinni og langflestir mikinn.

Project: Playing the main role in one's own life

Five weekend workshops 24 September 2010 – 26 March 2011

Grantee: Hlutverkasetur – The Rolecenter

## Abstract

The group participating in the workshops was mixed with mental health professionals and non-professionals. Applying Morenos psychodrama techniques the group was focusing on how to solve everyday life's problems and crisis in professional environment. Directors were Celia Scanlan, Maria Lumsden Rieder and Trausti Ólafsson, all members of The British Psychodrama Association and FEPTO. Trausti directed all five weekends with Celia and Maria as co-directors on one occasion each. Altogether twenty-three people took part in the workshops. Group members answered to two anonymous questionnaires, one before the workshops started and one at the end of the final one. According to the answers given to the latter questionnaire all participants felt that by being present at the workshops they had gained better knowledge of themselves both personally and professionally.