

Skupina za osebe z izkušnjo alkohola v družini

Zbiramo prijave **DO ZAPOLNITVE MEST oz. do 4. decembra 2009**. Skupina je namenjena vsem, ki so kot otroci/mladostniki odraščali ob starših, sorodnikih, ki so bili zasvojeni z alkoholom. Prav tako je namenjena tudi tistim, ki se sedaj soočajo s problemom alkoholizma pri katerem od svojih bližnjih, saj se vzorcev, ki se jih težko otresemo tudi v odraslosti, ne povzroča samo sama prisotnost alkohola. Pravi problem je vzdušje in sam način življenja, ki ga alkohol prinaša s seboj. Več na [naši spletni strani](#).

Skupinska obravnava bo **potekala ob sredah ob 19.00 vsakih 14 dni po 1,5 ure** v isti skupini udeležencev. **Srečanja skupine bodo v Kranju, na Tomšičevi 14**, v prostorih Inštituta KROG. Skupino vodita zakonska in družinska terapevta Ivan Platiša in s. Polonca Majcenovič.

Skupina za osebe z izkušnjo zlorabe in nasilja

Zaradi velikega zanimanja v januarju odpiramo novo skupino za žrtve zlorabe in nasilja. Prijave zbiramo do konca decembra. Skupina bo potekala **vsak 1. in 3. torek v mesecu od 18:30. do 20. ure**. Anonimnost je zajamčena. Skupina je brezplačna. Več na [naši spletni strani](#).

Odprta skupina za posameznike

Predviden začetek novega ciklusa Odprte skupine za posameznike je meseca januarja naslednje leto, zato vas obveščamo, da že zbiramo prijave. Skupina se dobiva **enkrat tedensko ob ponedeljkih zvečer ob 19.00**, srečanje je dolgo uro in pol. Število udeležencev je omejeno na največ 10, zato priporočamo čim prej prijave.

V to terapevtsko skupino se lahko vključijo vse polnoletne osebe ne glede na spol. Predvsem je namenjena samskim osebam ter tistim, ki so v zvezi, vendar njihovi partnerji ne želijo sodelovati. Lahko jo obiskujejo tudi pari, vendar v ločenih ciklikih. Sodelovanje v tej skupini priporočamo tudi tistim, ki jim je blizu delo in osebni razvoj v skupinskem vzdušju. Ko gre za odnose, je včasih napredek posameznika bistveno hitrejši, če ob individualni terapiji sočasno sodeluje še v skupini. Skupinsko vzdušje daje sinergijske učinke, poleg tega pa medsebojna podpora dodatno motivira člane skupine. Več o vsebini in načinu delovanja skupine in o odzivih udeležencev si lahko preberete na [naši spletni strani](#).

PRIJAVE: Pokličete nas lahko na telefonski odzivnik (04 / 23 66 088) ali nam pišete na: info@zdi-krog.si, ivan.platisa@zdi-krog.si ali polonca.m@zdi-krog.si. Prijave sprejemamo do zasedbe mest.

Četrtek, 3. december: Pričetek novega ciklusa delavnice Čutim, torej sem!

Glavni namen delavnice je, da udeleženci dobijo nov, širši in bolj poglobljen pogled nase, ki je podprt s konkretno telesno in čustveno izkušnjo. Ogromna razlika je namreč med tem, kar zvemo oziroma vemo in med tem, kar dejansko začutimo. Običajno je ravno ta razlika odločilna, da v nas pride do zelene spremembe. Udeleženci se v vnaprej pripravljenih in tudi v spontanah situacijah spoznavajo s svojimi odzivi. Preko zavedanja svojega telesa, občutkov, čustev in razumskih odzivov vzpostavljajo boljši stik s sabo. Boljše zavedanje telesa, občutkov v njem in z njimi povezanih čustev nam omogoča boljše upravljanje s čustvi. Učinkovito upravljanje s čustvi pa je ključnega pomena, da se bolje znajdemo v odnosih in – kar je najpomembnejše – da v njih začnemo uživati. Skozi tri srečanja se udeleženci postopoma dobivajo odgovore na tipična vprašanja, kot so: Zakaj smo takšni, kot smo? Kako nas določa zgodnje otroštvo in odraščanje? Kaj lahko spremenimo in kako naj se tega lotimo? Zakaj si izbiramo točno take partnerje, s katerimi preigravamo iste boleče teme? Kakšna je pri tem vloga čustev?

Več o vsebini delavnice si lahko pogledate na [naši spletni strani](#), kjer so tudi odzivi nekaterih dosedanjih udeležencev.

Delavnico »Čutim, torej sem!« vodi Izidor Gašperlin, specialist ZDT. Potekala bo v prostorih Inštituta Krog na Tomšičevi 14 v Kranju v treh zaporednih srečanjih 3., 10. in 17. 12. z začetkom ob 18. uri. Vsako srečanje bo trajalo 3 šolske ure. Cena delavnice z vključenim DDV je 70 EUR. Število udeležencev na delavnici je omejeno na največ 10, zato nam svoje prijave sporočite čim prej na info@zdi-krog.si ali na telefonski odzivnik 04/23-66-088. Prijave zbiramo do zapolnitve mest.

Četrtek, 10. december: Predavanje Spolnost kot sreča-nje!

Spolnost je večna tema, ki nas privlači in hkrati odbija. Zakaj je to področje tako ranljivo in mnogokrat tabu tema?

Spolnost je nekaj, kar nas moške in ženske lahko povezuje v najgloblji intimi, hkrati pa se na tem področju najhitreje in najgloblje ranimo. Lahko je vir življenjske energije, veselja in sreče, lahko pa se sprevrže v najhujšo zlorabo.

Kaj pomeni biti ženska sama s seboj in v odnosu? Kaj pomeni biti moški sam s seboj in v odnosu? Kje in kako se tega naučimo? Kako se moškosti lahko naučimo ob ženski, kako se ženskosti lahko naučimo ob moškem? Kakšen vzor mi je dala mama, kakšnega oče? Kje je meja med vlogo mame in ženske, kje med vlogama očeta in moškega?

Kam je šla vsa strast? Ali jo je mogoče obuditi in kako? Skozi odnos ...

Predavanje, ki je namenjeno vsem ženskam in moškim, ki so v odnosu ali samski, se začne **ob 18.30 v poslovni stavbi MIT, Smedniška 140, Kranj (Čirče)**. Izvajata ga Janja Frelih Gorjanc, psihologinja, specialistka zakonske in družinske terapije in Aleš Gorjanc, terapevt ZDT.

Četrtek, 10. december: Radio Kranj - mesečna oddaja: Ponovno o praznikih?!

Vsakodnevna rutina, ki nas spremlja skozi celo leto, nam ob koncu leta ne pride kaj prida na pomoč, ko moramo skozi "najlepše" dni v letu. Mnogim so praznični dnevi ob koncu leta prava mora in številnim družinam predstavljajo pravi napor, kajti marsikdo nosi v sebi toliko pričakovanj, želja, strahov, in namenov, da je že ob najmanjši medsebojni iskrici namesto prijazne besede doma le prepri in slaba volja. Da letošnji prazniki ne bi bili ponovno prazni: vredno je še enkrat spregovoriti o tem!

Te večne teme se bomo dotaknili v redni mesečni oddaji na Radiu Kranj. Z novinarjem g. Darkom Torkarjem se bo tokrat pogovarjal Ivan Platiša, specialist družinske terapije. Oddaja se začne ob 17:15. uri.

Četrtek, 17. december: Predavanje Da prazniki ne bi bili prazni

Vsakodnevna rutina, ki nas spremlja skozi celo leto, nam ob koncu leta ne pride kaj prida na pomoč, ko moramo skozi "najlepše" dni v letu. Mnogim so praznični dnevi ob koncu leta prava mora in številnim družinam predstavljajo pravi napor, kajti marsikdo nosi v sebi toliko pričakovanj, želja, strahov, in namenov, da je že ob najmanjši medsebojni iskrici namesto prijazne besede doma le prepir in slaba volja. Dejstvo je, da na vsebino prihajajočih praznikov lahko največ vplivamo sami! Kaj lahko naredijo pri tem starši in kaj otroci? Zakaj se moramo na praznike pripravljati in se ne prepuščati spontanemu navdihu in (pre)velikim pričakovanjem? Kako lahko postanejo prazniki nova priložnost za drugačno vzdušje v našem domu? Vedno je vredno poskusiti.

Predavanje bo potekalo v poslovni stavbi MIT, Smedniška 140, Kranj (Čirče, zraven Mercator trgovine). Namenjeno je posameznikom, parom in staršem. Izvajata ga specialistka zakonske in družinske terapije Ivan Platiša in Sonja Beznik. Udeležba na predavanju je brezplačna. Prijave na info@zdi-krog.si ali na 04/23-66-088 (telefonski odzivnik).

Sobota, 19. december: Radio Ognjišče - ciklus oddaj Za življenje: Poslanstvo in darovanje

V redni mesečni oddaji na **Radiu Ognjišče** v sodelovanju z Družinskim centrom Mir iz Maribora pripravljamo mesečne oddaje, letos je to ciklus z naslovom Na poti v življenje. Tokratna tema je Poslanstvo in darovanje. Tokrat bo gostja s. Veronika Verbič. Oddaja je na sporedu ob 11. in ob 22. uri.



Več informacij lahko dobite na www.zdi-krog.si.

Prijave na info@zdi-krog.si ali na telefonski odzivnik 04/23-66-088.

Upamo, da se nam boste pridružili na katerem od dogodkov in vas lepo pozdravljamo!

sodelavke in sodelavci Inštituta Krog