

Terapevtske skupine so ena najučinkovitejših načinov terapevtske obravnave in predelave stisk in starih vzorcev, posebej še, če jih kombiniramo z individualno obravnavo, saj prihaja do sinergičnih učinkov tako znotraj skupine kot med obema vrstama obravnave. Škoda bi bilo, da bi zamudili čas oblikovanja teh skupin, zato vas še enkrat vabimo v naslednje terapevtske skupine:

- **Odperta skupina za posameznike** (vsak ponedeljek, od 19. do 20:30. ure)
- **Skupina za osebno rast in razvoj** (vsak 1. in 3. torek v mesecu od 19. do 20:30. ure)
- **Skupina za ženske z izkušnjo zlorabe ali nasilja - brezplačna skupina!** (vsak 2. in 4. torek v mesecu)

Več o vsebini in načinu delovanja skupine si lahko preberete na naši spletni strani www.zdi-krog.si pod Terapevtske skupine. Predviden začetek je v mesecu OKTOBRU. Število mest je omejeno! Prijave na 04 23 66 088 (odzivnik) ali na info@zdi-krog.si

Četrtek, 8. oktober: Radio Kranj - mesečna oddaja: Ko odraste otrok zasvojenih staršev...

V redni mesečni oddaji na **Radiu Kranj** bo družinska terapevtka s. Polonca Majcenovič z Inštituta Krog z gospodom Darkom Torkarjem spregovorila o tem, Kako se počuti otrok v družini, kjer ima prvo besedo alkohol ali druga opojna sredstva? Kakšno podobo o sebi razvije? Kakšne odnose gradi, ko odraste? Kako rešuje osebne težave v medosebnih odnosih? Oddaja se začne ob **17.15. uri**.

Četrtek, 8. oktober: Predavanje Udomačujem svet: Pomagaj!

Vsi starši si postavljamo vprašanje: Koliko je moj otrok že samostojen in ga lahko "spustim" v svet, koliko in kje pa me še potrebuje. Odgovarjanje na to vprašanje je kot hoja po vrvi - stalno lovljenje ravnotežja. V predavanju bomo skušali poiskati tisto napeto vrv, ki nam staršem daje vsaj malo varnosti in se morda naučili nekaj več o tem, kako našim otrokom pomagati "udomačiti" ta, tudi nam velikokrat zelo negotov svet.

Predavanje, ki je namenjeno staršem, parom in posameznikom, se začne **ob 18.30 v poslovni stavbi MIT, Smledniška 140, Kranj (Čirče)**. Izvajata ga psihologinja, specialistka zakonske in družinske terapije **Janja Frelih Gorjanc** in **Aleš Gorjanc**, terapevt ZDT.

Četrtek, 15. oktober: Predavanje Ustvarjalci svojih odnosov

Gre za nadaljevanje predavanja »Kako do boljših odnosov?«. Da boste lahko predavanje spremljali tudi tisti, ki se prejšnjega niste udeležili, bomo na začetku zelo na kratko ponovili ključne teme: zakaj smo, kakršni smo in kaj moramo spremeniti, če si želimo boljših odnosov. Nadaljevali pa bomo predvsem z odgovori na vprašanje KAKO doseči želene spremembe pri sebi in preko tega tudi v naših odnosih. Oziroma kot nakazuje naslov predavanja, kako doseči, da se nam odnosi kar ne »dogajajo«, ampak jih dejansko začnemo aktivno ustvarjati. Več o predavanju si lahko preberete na naši spletni strani http://www.zdi-krog.si/index.php?option=com_content&task=view&id=130&Itemid=56&ed=17 Predavanje, namenjeno posameznikom, parom in staršem, se bo začelo ob **18.30 v poslovni stavbi MIT, Smledniška 140, Kranj (Čirče)**. Izvajata ga specialist zakonske in družinske terapije **Izidor Gašperlin**. Predavanje je brezplačno, prijave so potrebne zaradi ustrezne priprave dvorane.

Sobota, 17. oktober: Radio Ognjišče - ciklus oddaj Za življenje: Mladostnik in spolnost

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 spolnost. Oddaja je na sporedu ob 11. in ob 22. uri.

Četrtek, 22. oktober: Predavanje To, kar boli, me lahko (o)krepi!

Predavanje se bo dotaknilo področja, ki se tiče vsakega izmed nas in sicer bolečih izkustev, spominov za katera bi najraje videli, da jih nikoli ne bi bilo ali da bi jih najenostavneje pozabili. Toda prav v bolečih področjih našega življenja se skriva največji potencial za polnejše življenje. Predavanje, namenjeno posameznikom, parom in staršem, se začne **ob 18.30 v poslovni stavbi MIT, Smledniška 140, Kranj (Čirče)**. Izvajata ga specialist zakonske in družinske terapije **Ivan Platiša**.

Četrtek, 29. oktober: 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. Ogrorna razlika je namreč med tem, kar zremo oziroma vemo in med tem, kar dejansko začutimo. Običajno je ravno ta razlika odločilna, da v nas pride do želene 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 http://www.zdi-krog.si/index.php?option=com_content&task=view&id=73&Itemid=56&ed=17, 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 29.10., 5. in 12.11. 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.



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

Če ne želite več prejemati obvestil, nam sporočite.