

Četrtek, 10. septembra: Radio Kranj - mesečna oddaja z aktualnimi temami: KONFLIKT

V redni mesečni oddaji na **Radiu Kranj** bo družinska terapevtka Mateja Vrhunc Tomazin z Inštituta Krog z gospodom Darkom Torkarjem spregovorila o večni temi - konfliktu:

Kaj je konflikt in kaj konflikt ni? Kdaj različnost preraste v konflikt? Zakaj se konfliktov bojimo? Kaj je notranji konflikt? Kakšni so odzivi na konflikt v medosebnih odnosih? Zakaj je razreševanje konflikta pomembno? Kako konstruktivno razreševati konflikte?

Oddaja se začne ob **17.15. uri**.

Četrtek, 17. septembra: Predavanje KAKO DO BOLIŠIH ODNOSOV?

Skoraj ni več knjige z najširšega področja psihologije, ki ne bi poudarjala pomena zgodnjega otroštva za to, da smo, kakršni smo. Ampak kako pride do tega, da nas zgodnje izkušnje tako močno zaznamujejo? Kako se odnos staršev in drugih pomembnih ljudi zapiše v nas? Odkod toliko težav v odnosih? Kako naj se spopademo z njimi? Kaj moramo spremeniti? Kdaj naj vztrajamo in kdaj odnehamo? Na predavanju ne bomo mogli najti konkretnih odgovorov na vsa vprašanja. Poskušali pa bomo najti občutek, kaj lahko pričakujemo od drugih, kaj pa moramo vendarle narediti sami. Kako nam pri tem pomagajo drugi, predvsem najbližji, in to tudi takrat, ko se nam njihovo ravnanje zdi vse kaj drugega kot pomoč. Predavanje naj bi nam predvsem dalo večje razumevanje, odkod izhajajo naše težave v odnosih in kaj moramo spremeniti, da bi jih bilo manj. Več o predavanju si lahko preberete na naši spletni strani www.zdi-krog.si pod *Predavanja in delavnice: Predavanja za vsakogar*.

Predavanje, namenjeno posameznikom, parom in staršem, bo v **četrtek 17.septembra ob 18.30 v poslovni stavbi MIT, Smedniška 140, Kranj (Čirče)**. Izvaja ga specialist zakonske in družinske terapije **Izidor Gašperlin**.

Sobota, 19. septembra: Radio Ognjišče - ciklus oddaj Za življenje

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. Oddaja je na sporedu vsako tretjo soboto v mesecu ob 11. in ob 22. uri.

Četrtek, 24. septembra: 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 zremo oziroma vemo in med tem, kar dejansko začutimo. Običajno je ravno ta razlika odločilna, da v nas pride do željene 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 preigramo iste boleče teme? Kakšna je pri tem vloga čustev?

Več o vsebini delavnice si lahko pogledate na naši spletni strani www.zdi-krog.si pod *Predavanja in delavnice: Delavnice za vsakogar*, 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 24.9., 1. in 8.10. 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.

V mesecu septembru zbiramo PRIJAVE za terapevtske skupine:

- Odprta skupina za posameznike
- Skupina za osebno rast in razvoj
- Skupina za ženske z izkušnjo zlorabe ali nasilja (brezplačna skupina).

Predviden začetek je v mesecu OKTOBRU, razen za Odprto skupino za posameznike (spodaj). Število mest je omejeno!

Ponedeljek, 28. septembra: Predviden začetek delovanja Odprte skupine za posameznike

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. Sodelovanje v tej skupini priporočamo tudi tistim, ki jim je namesto individualne terapije bližje 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 si lahko preberete na naši spletni strani http://www.zdi-krog.si/index.php?option=com_content&task=view&id=47&Itemid=47&ed=9

Skupina se dobiva enkrat tedensko **ob ponedeljkih zvečer ob 19.00**, srečanje je dolgo uro in pol. Skupino vodi **Izidor Gašperlin**, specialist ZDT z asistentko **Matejo Vrhunc Tomazin**, specialist ZDT. Število udeležencev je omejeno na največ 12. 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.