

Delavnica za posameznike in pare z naslovom

## NAJIN ODNOS V ČASU RECESIJE



*Ni to, na kar pomislimo prvo sekundo, čeprav je posredno povezano z njo. Gre predvsem za čas in vzdušje, ko so dejansko naši odnosi tisti, ki so »v recesiji« in se nemočni vdajamo v usodo ponavljajočih se muk. Kaj lahko storimo? Kako do moči, odgovornosti in rešitev?*

### Komu je delavnica namenjena?

Idealna je za pare, ki se »ne slišijo« več, preživljajo obdobje molka, ki ne najdejo poti do pristnega pogovora in zaupanja, se zavračajo in obtožujejo ali so v nenehnih konfliktih. Te težave predvsem opisujejo našo nizko samopodobo in izgubljen stik s samim seboj, ki ga je treba spet vzpostaviti in negovati. Zato vabi delavnica ne le pare, ampak tudi posameznike, ki trpijo, ker ne najdejo lastnega izraza, stika s seboj in okolico, ki ne morejo živeti in biti to, kar v resnici so.

### Ključne vsebine:

- nezavedna dinamika v intimnem odnosu •
  - kdo in kakšni smo v resnici •
  - pripravljenost na spremembe •
  - stik s seboj - stik z drugim •
- notranja moč in samozaupanje •

### Kako delavnica poteka?

Delavnice potekajo kot preplet strokovnega podajanja vsebin, terapevtskega pogovora in igre vlog na izbrano temo. Prikazali bomo dinamiko oz. motive iz zakonskega življenja v krizi, v drugem delu pa z udeleženci treniramo stik s seboj in drugim, ustvarjamo varno vzdušje, v katerem se lahko začne iskren pogovor ter občutenje drug drugega v odnosu. Delo je čustveno intenzivno, zato je za doseganje optimalnih rezultatov število udeležencev omejeno na 15. Način dela se prilagaja skupini udeležencev, ki aktivno sodelujejo.

Vodita: **Jana Lavtižar** in **Edin Duraković**, zakonska in družinska terapevta.

### Info:

info@studio-simbalein.si  
www.studio-simbalein.si  
030 689 656