



Prijavljam se na predavanja, ki jih Lokalna akcijska skupina in šola organizirata za starše, sorodnike in prijatelje učenk in učencev OŠ Cvetka Golarja.

Na predavanja se lahko prijavi tudi več kandidatov (oba od staršev, stari starši ...).

**Ime in priimek udeleženca/udeležencev** (napišite s tiskanimi črkami):

---

---

**Ime in priimek ter razred učenca:**

---

**Obkrožite:**

- Prijavljam/-o se na vsa tri predavanja.
- Prijavljam/-o se na naslednje predavanje:

---

---

Podpis: \_\_\_\_\_

***(Če napišete svoj elektronski naslov, vas bomo pred posameznim predavanjem z elektronsko pošto spomnili na predavanje.)***

E-naslov: \_\_\_\_\_

**24. 10. 2019 ob 18.00**

**ANKA PATRU**

**Čustva in razum – kako v čustveno zahtevnih dialogih?**

Na predavanju bo predavateljica na podlagi bogatih izkušenj iz terapevtske prakse in dolgoletnega dela mediacij na sodišču, na konkreten in zanimiv način predstavila, zakaj nam je v čustveno zahtevnih dialogih težko in kaj nam lahko pri tem pomaga, da obvladamo konflikt in ohranimo odnos.

Glavne teme:

- nihče ni rad sam,
- kaj se dogaja z nami ko nismo povezani,
- zakaj spori in nesporazumi nastanejo,
- moja in tvoja čustva, kako ju uglasiti,
- kako se odzvati na čustva našega sogovornika,
- konkretni primeri iz prakse.

**21. 11. 2019 ob 18.00**

**DR. BLAŽ KORITNIK**

**Kaj morajo starši vedeti o možganih otrok in mladostnikov?**

Otroški in mladostniški možgani so nekaj posebnega. Možganska omrežja, ki jih sestavljajo milijarde živčnih celic, so podlaga za možganske funkcije, kot so na primer spomin, pozornost, jezik, gibanje in zaznavanje. Ta omrežja se lahko spreminjajo. Razvijajo se z razvojem možganov v prvih treh desetletjih življenja, praktično celo življenje pa se spreminjajo pod vplivom učenja, izkušenj, treninga. Pomembno je, da se zavedamo, da se možgani ves čas spreminjajo, da se njihove funkcije ob ustreznih spodbudah iz okolja izboljšujejo, ob pomanjkanju spodbud ali pod vplivom negativnih dejavnikov pa se lahko tudi poslabšujejo. Naloga staršev, učiteljev in širše družbe je torej skrb za

otrokove možgane. Poskrbimo, da se bodo možgani naših otrok razvijali in spreminjali v najboljših razmerah – v digitalni dobi to ni najlažja naloga. Pomembna pa je tudi skrb za odrasle možgane; bolezni možganov so številne in pogoste, z ustreznimi ukrepi pa lahko zmanjšamo tveganje, da naši možgani zbolijo.

**31. 1. 2020 ob 18.00**

**IVANA GRADIŠNIK**

**Živeti z najstnikom - meje, konflikti in osebna govorica**

Podmena, da puberteta sama po sebi povzroča konflikte s starši, je mit. Konflikti vznikajo predvsem zato, ker starši bodisi niso pripravljeni ali niso zmožni prepoznati in nagovarjati edinstvene in neodvisne osebe, v kakršno se oblikuje njihov otrok. Namesto da bi priznali njegovo težnjo k individualnosti, konflikte pogosto pripisujejo hormonskim spremembam ali nihanjem. Resnica je, da čim manj starši želijo ali zmorejo doživljati otroka v njegovi individualnosti, tem bolj postajajo konflikti siloviti in destruktivni. Za kakovost interakcije v družini odgovorni starši, in to se nanaša tudi na način, kako se konflikti porajajo oziroma razvijajo.

Otroci, ki so doslej sodelovali bolj, kot so bili v resnici zmožni, v puberteti pogosto postanejo nekooperativni; otroci, katerih integriteta je prizadeta, pa postanejo odkrito destruktivni ali samodestruktivni. Z drugimi besedami: seme, zasejano v otroštvu, obrodi sadove, in starši, ki so imeli najboljše namene, se na lepem znajdejo v vojni z otrokom, za katerega se jim zdi, da ga sploh ne prepoznajo več.

Mnogi konflikti med starši in pubertetniki uplahnejo, če se starši ravna po načelih interakcije, o katerih bomo spregovorili na predavanju. Ta načela nam tudi pomagajo postaviti temelj za trajno zaupljivo razmerje med starši in otroki.

## **Anka Patru**

je univerzitetna diplomirana psihologinja, partnerska in družinska terapevtka, mediatorka, mediatorka trenerka, ustanoviteljica in vodja Terapevtsko-izobraževalnega centra Ahil.

Leta 2001 je diplomirala iz psihologije na Filozofski fakulteti v Ljubljani. Po končanem študiju je opravila štiriletni podiplomski študij družinske dinamike iz systemske terapije na Medicinski fakulteti v Ljubljani, ki je potekal v povezavi z Inštitutom za družinsko terapijo v Londonu. Terapevtske veščine dopolnjuje z znanjem, ki ga je pridobila na izobraževanju iz vedenjsko kognitivne terapije, podiplomskem študiju iz psihoterapije in izobraževanju za svetovalca na telefonu Klic v duševni stiski. Opravljen ima tečaj iz Rorschachove psihodiagnostike. Leta 2003 se je izobrazila za mentorja na Okrožnem sodišču v Ljubljani. V letu 2005 je zaključila nadaljevalno izobraževanje za mediatorje in izobraževanje za trenerja mediatorjev. Trenutno je v procesu pridobivanja certifikata za terapevta v smeri Emotional focus couple therapy in se izobražuje iz programov čuječnosti. Svojo poklicno pot je pričela kot psihologinja na gimnaziji, kjer se je dobro spoznala s psihologijo mladostnikov in njihovih družin. Kot systemska družinska terapevtka je svoje znanje uporabila v številnih pogovorih z družinami, kjer je prepoznala velik pomen partnerskih odnosov za funkcioniranje družine. Globlje razumevanje stisk posameznikov je pridobila pri delu na telefonu Klic v duševni stiski, ki je pomembno vplival na njeno nadaljnjo terapevtsko pot. V zadnjih 15 letih deluje v okviru zasebne prakse in nudi psihološko pomoč ter podporo številnim posameznikom in parom.

## **Dr. Blaž Koritnik**

je leta 1999 končal študij medicine na Medicinski fakulteti Univerze v Ljubljani in se nato kot mladi raziskovalec zaposlil na Inštitutu za klinično nevrofiziologijo Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana. Raziskovalno se ukvarja s funkcijskim slikanjem možganov pri različnih neurodegenerativnih boleznih. S tega področja je leta 2003 opravil magisterij, leta 2009 pa doktorat na Univerzi v Ljubljani.

Leto dni se je raziskovalno izpopolnjeval na King's College v Londonu. Od leta 2009 dela kot zdravnik specialist nevrolog na Nevrološki kliniki Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana. Pri kliničnem delu se ukvarja predvsem z boleznimi perifernega živčevja in z obolelimi za boleznijo motoričnega nevrona (ALS). Od leta 2012 je docent na Katedri za nevrologijo Medicinske fakultete v Ljubljani in predsednik Slovenskega društva za nevroznanost – SiNAPSA. V okviru društva SiNAPSA je dejaven tudi pri širjenju znanja o pomenu možganov v zdravju in bolezni v širši javnosti.

## **Ivana Gradišnik,**

je univerzitetna diplomirana novinarka. Je ustanoviteljica in direktorica Inštituta za sodobno družino Manami, znotraj katerega deluje projekt Familylab Slovenija. Ivana Gradišnik je odgovorna za strokovno vodenje in zastopanje Inštituta za sodobno družino Manami, vodi starševske skupine, mladinske delavnice, pripravlja in vodi seminarje in delavnice za zaposlene v podjetjih, izvaja in asistira v izobraževalnih programih za pedagoške kolektive, izvaja tudi individualno svetovalno delo.



## **PREDAVANJA ZA STARŠE**

24. 10. 2019 ob 18.00

ANKA PATRU

**Čustva in razum – kako v čustveno zahtevnih dialogih?**

21. 11. 2019 ob 18.00

DR. BLAŽ KORITNIK

**Kaj morajo starši vedeti o možganih otrok in mladostnikov?**

31. 1. 2020 ob 18.00

IVANA GRADIŠNIK

**Živeti z najstnikom - meje, konflikti in osebna govorica**

**Predavanja bodo v predavalnici Gimnazije Škofja Loka in Šolskega centra Škofja Loka. V primeru spremembe vas bomo obvestili.**

*Zloženko pripravila Saša Bogataj Suljanovič, šolska svetovalna delavka na Gimnaziji Škofja Loka*