

Datum: 13. 4. 2021

CIKEL 2021 ZA STARŠE

Otrok je srečen, ko so srečni starši. (Bert Hellinger)
Starš je srečen, ko je srečen njegov notranji otrok. (Katja Greif)
Korak bliže sebi = korak bliže otrokovi samo-stojnosti

Na srečanjih **CIKEL 2021 ZA STARŠE** se bomo posvetili naslovni temi in naravnim zakonitostim, ki nam dajo širši pogled na odnose in delovanje v njih. Nato bomo skozi praktične primere raziskali možnosti za razširitev zavedanja o lastnih konkretnih »kratkih stikih« in našli lasten ukrep, da prerastemo svojo nezavedno stisko, ki nam prepreči, da delujemo podporno, ko otrok to potrebuje. In ne nazadnje gojili sočutje do sebe v situacijah, ko nam »ne rata«, saj to spada zraven. V sproščenosti bomo dali prostor sebi in drug drugemu. In to izkušnjo bo vsak sam odnesel s seboj v življenje.

Tri srečanja v **Domu ustvarjalnosti mladih Maribor** (Razlagova ulica 16) bo izvedla **Katja Greif**, certificirana izvajalka sistemskih in družinskih postavitev, s širokim znanjem s področja človeških virov in psihologije.

Prvo srečanje: **20. april 2021, 17.00–18.30**

JAZ IN SVET – KAKO SE ZNAJDEM V TEM ČASU?

Drugo srečanje: **18. maj 2021, 17.00–18.30**

**STARŠI IN OTROCI V RAZVEZANIH DRUŽINAH – ALI SPOŠTUJEM
DRUGEGA STARŠA SVOJEGA OTROKA IN KAJ TO SPLOH JE
SPOŠTOVANJE?**

Tretje srečanje: **15. junij 2021, 17.00–18.30**

**DRUŽINA KOT VIR POTENCIALOV – KAKO DOSTOPAM DO
POTENCIALOV, KI SO V MENI?**

Predavanja potekajo v okviru vsebin VGC Štajerska in so brezplačna.

Število udeležencev je omejeno zaradi ukrepov za preprečevanje širjenja bolezni COVID 19.

Obvezne prijave in dodatne informacije: Tadeja Dobaj, 041 532 119, tadeja@zpm-mb.si.

Projekt sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz sredstev Evropskega socialnega sklada in se izvaja v okviru 9. prednostne osi "Socialna vključenost in zmanjševanje tveganja revščine" in 9.1 prednostne naložbe "Aktivno vključevanje, vključno s spodbujanjem enakih možnosti in dejavnega sodelovanja ter izboljšanje zaposljivosti", specifičnega cilja 9.1.3 "Preprečevanje zdrs v revščino oziroma socialno izključenost in zmanjševanje neenakosti v zdravju" Operativnega programa za izvajanje evropske kohezijske politike v obdobju 2014–2020.

»Bolj kot smo kot starši bliže sebi, močnejše podpiramo otroka, močnejše je otrok povezan s svojo usodo in s svojimi potenciali. Prav nič posebnega nam ni potrebno napraviti. Naša drža do življenja, naše zaupanje v življenje nam ponuja korake, ki podpirajo - vse. Takrat otroku ničesar ne vsiljujemo. Poznamo svoje meje in z njim raziskujemo njegovo pot. Toliko kolikor je najvišje dobro za nas in vse.

Iskrenost do sebe je ključ za vsako spremembo, ki jo kliče življenje. Je začetek. V obdobju zadnjega leta vsi delamo konkretno bilanco stanja katerega smo so-ustvarili. Znotraj sebe, v naših družinah, skupnostih, narodih, v Naravi. Ja, vsi imamo svoj prispevek za razmere v katerih živimo in kako delujemo, kaj spuščamo in kaj kreiramo. To slednje je še posebej dragoceno: Kaj nam še služi in kaj kreiramo? Kaj Si srčno želimo kreirati za zdravo, srečno sobivanje.

Vsak od nas je na poti zgodnjega odraščanja doživel manj ugodne situacije v katerih je razvil preživetvene strategije, ki so shranjene na našem nezavednem nivoju. Pika. Karkoli se nam v življenju dogaja (še posebej tisto manj ugodno), kreiramo sami s tem nezavednim delom.

Ko stojimo pred otrokom in (nehote) pritiska na naše nezavedno, reagiramo iz pretekle izkušnje, ki v nas še ni ozdravljena: npr. zelo nas vznemiri, ko je otrok žalosten – težko nam je, ko joka in najraje bi mu dopovedali, da ni tako hudo, ali pa občutimo jezo, ko je nemotiviran za učenje kljub svojim sposobnostim, spet drugič občutimo sram, ko na posebne načine vzbuja pozornost in moti pouk v šoli, ali pa se bojimo zanj, saj ga vidimo kako je v nenehnem trudu za popolnost že zelo izčrpan, ali pa se nagiba k samo-poškodovanju ... Da se razumemo, podobne situacije lahko doživljamo tudi s partnerjem, mamo, prijatelji, šefom, s podrejenim na delovnem mestu. Gre zgolj za dinamike, ki se nam manifestirajo v različnih razmerah, a nagovarjajo naše travmatizirane dele. Ti deli so razvili strategije, ki jih mi nezavedno igramo – sprožijo se kot reakcije na dogodke tukaj in sedaj. Reagiramo torej iz preteklosti. Kako naj to učinkuje?

In vse je ok. Izbira je naša - kako daleč smo pripravljeni raziskovati življenje in ali smo odločeni v življenju odgovarjati ali reagirati iz nezavednega dela sebe.

Vsak starš se trudi po svojih najboljših močeh in poznam mnoge, ki so se zelo opolnomočili preko izzivov, ki so jim jih ponudili otroci, šefi, mama, prijatelj ... politika ... In tudi mnoge, ki so že zelo utrujeni od iskanja rešitev. In to je mnogokrat rešitev – utrujenost, ko več zares ne veš kaj in kako in ... Nato se um preda in nastopi čas za sodelovanje srca, uma in telesa.« (Katja Greif)