

V vsakoletnem ciklu *Na poti k sebi* ponujamo v ptujski knjižnici niz psiholoških predavanj, s katerimi želimo ponuditi različne vsebine za različne življenjske situacije in z različnimi pristopi.

Letošnji predavatelj je **Andrej Pešec**, univ. dipl. politolog mednarodnih odnosov, predavatelj, vedski pedagog, strokovnjak za odnose, vzgojo in osebni razvoj.

Njegova predavanja so sinteza različnih znanj, motivacijske psihologije, zgodb in modrosti.

Vsebina predavanj

*Kako čustva vplivajo na naše bolezni in zdravje*

*Umetnost vzgoje motiviranih, samostojnih in odgovornih otrok*

*Spremeni in oplemeniti svoje odnose ter doživi pravi mali čudež*

*Ženske so z Lune, moški so z Marsa*

Srečevali se bomo ob sredah v razstavišču knjižnice, in sicer **9. in 23. oktobra** ter **6. in 20. novembra 2019**.

Predhodne prijave niso potrebne, vstop je prost.

Več informacij

Darja Plajnšek

02 771 4809, [darja.plajnsek@knjiznica-ptuj.si](mailto:darja.plajnsek@knjiznica-ptuj.si)

Mira Petrovič

02 771 4806, [mira.petrovic@knjiznica-ptuj.si](mailto:mira.petrovic@knjiznica-ptuj.si)

## ***Kako čustva vplivajo na naše bolezni in zdravje***

Naša čustva imajo ključno vlogo pri razvoju različnih telesnih bolezni, tako vplivajo na razvoj bolezni srca, kože, pljuč, se kažejo kot avtoimune bolezni, pri težavah s ščitnico, kot osteoporoza, revma ...

Na predavanju se bomo učili prepoznavati sporočila našega telesa, ugotavljali bomo, kaj vse vpliva na naše delovanje in kje je skrivnost optimalnega celostnega zdravja.

Kaj pomeni umetnost transformacije vseh t. i. negativnih čustev?

Pogledali si bomo, katere sprostitvene tehnike nam lahko pomagajo.



***Sreda, 9. oktober, od 17. do 19. ure***

---

## ***Umetnost vzgoje motiviranih, samostojnih in odgovornih otrok***



Uspešna vzgoja pomeni, da starši svoje otroke naučijo spoštovati druge ljudi, da jih naučijo pozitivnega odnosa do življenja, odgovornosti in samostojnosti, da so delavni in marljivi posamezniki. Pomembno je, da starši, tudi učitelji ali vzgojitelji, prepoznajo otrokove talente, zanimanja in potrebe ter mu na ustrezen način približajo in zbudijo željo in ljubezen do učenja, dela in razvoja.

Kako to doseči, kdaj otroku oziroma mlademu postaviti meje, kako in kdaj jih pravilno sankcionirati?

Vzgoja je umetnost in na predavanju bomo slišali nekaj praktičnih rešitev in odgovorov na zgoraj zastavljena vprašanja.

***Sreda, 23. oktober, od 17. do 19. ure***

---

## *Spremeni in oplemeni svoje odnose ter doživi pravi mali čudež*



Dobri medsebojni odnosi so vir duševnega in telesnega zdravja. Na predavanju se bomo pogovarjali o tem, kako spremeniti odnose s sodelavci, sorodniki, družino, otroki in starši. Govorili bomo o treh nivojih odnosov in o treh tipih zavesti.

Iskali bomo odgovore na vprašanja, kot so: kdaj, kako in komu zaupati, kakšno moč v medsebojni komunikaciji ima poslušanje, kako se ubraniti pred čustveno odvisnostjo, kako razvijati zdrav odnos do sebe, do drugih in do življenja ...

***Sreda, 6. november, od 17. do 19. ure***

## *Ženske so z Lune, moški so z Marsa*

Na predavanju bomo razmišljali o skrivnostih ženskega in moškega uma in se seznanili s tem, kaj o ženski in moški naravi pravi sinteza sodobne znanosti in starodavne modrosti.

Kaj od ženske potrebuje moški, kaj pa od moškega potrebuje ter pričakuje ženska?

V čem je ključ do pozornosti, posluha, srca in zvestobe moškega? Zakaj in kdaj moški postane nezainteresiran in neodgovoren, ženska pa nemirna?

Kako naj razvijemo izjemne vseprivlačne lastnosti in postanemo mojstri učinkovite komunikacije?



***Sreda, 20. november, od 17. do 19. ure***

*Zgibanka Na poti k sebi – niz predavanj v knjižnici*

Založila: Knjižnica Ivana Potrča Ptuj, zanjo mag. Matjaž Neudauer

Besedilo: Andrej Pešec

Fotografije: Pexels

Oblikovanje: Daniel Šalomon

Lektoriranje: Darja Plajnšek

Ptuj, oktober 2019



# *Na poti k sebi*



*Niz predavanj v knjižnici,  
oktober–november 2019*

Knjižnica Ivana Potrča Ptuj, 2019