

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

Letošnja predavanja pripravljamo v sodelovanju z **Inštitutom za socialno psihiatrijo in psihotravmatologijo** (ISPP). Rdeča nit vseh predavanj je psihična travma; posledica nasilnih dogodkov, ki spremlja človeštvo že od nekdaj.

Vsebina predavanj

Psihična travma

Kako se psihična travma prenaša skozi generacije?

Toksični odnosi

Pravljica kot pomoč pri delu s psihološko travmo

Srečevali se bomo ob **četrtek**ih v razstavišču knjižnice, in sicer **1., 15. in 29. oktobra** ter **12. novembra 2020**.

Število obiskovalcev je omejeno. Na vsako posamezno predavanje so **nujne** predhodne prijave na [spletni strani knjižnice](#).

Predavanja bo mogoče spremljati tudi v živo na YouTube kanalu knjižnice.

Dogodek bo izveden v skladu s higienskimi priporočili NIJZ.

Psihična travma

Na uvodnem predavanju bomo poslušali o psihični travmi kot doživetem pojavu v otroštvu in odraslosti.

Iskali bomo odgovore na naslednja vprašanja:

Kaj sploh je psihična travma? Kaj je zgodnja psihična travma in kakšne posledice pušča na nas? Kakšne povezave obstajajo med zgodnjo psihično travmo in funkcioniranjem v odraslosti? Kakšna je povezava med travmo in depresijo, psihosomatskimi boleznimi, nespečnostjo? Kako lahko travmo zdravimo? Katere so sodobne metode zdravljenja travme?

Predava Urška Križman, psihoanalitična psihoterapevka, Brainspotting terapevka in specializantka psihoterapije za otroke in mladostnike.



Četrtek, 1. oktobra, od 17. do 19. ure

Kako se psihična travma prenaša skozi generacije?



Zgodovinske izkušnje holokavsta, etničnega čiščenja v BiH, množični poboji v Ruandi ne prizadenejo le žrtev, storilcev in prič, temveč se učinki travme prenašajo tudi na naslednje generacije.

V predavanju bodo predstavljeni vzorci takšnega prenosa, ki spreminjajo celo genetsko zasnovo posameznika in vplivajo na socio-kulturne predpostavke skupnosti ali celega naroda.

Predavatelj bo govoril o epigenetiki ter funkcionalnem in disfunkcionalnem nevrobiološkem razvoju posameznika.

Predava doc. dr. Robert Oravec, dr. med., spec. psih. – psihoterapevt.

Četrtek, 15. oktobra, od 17. do 19. ure

Toksični odnosi



Medčloveški odnosi bi morali biti prežeti z empatijo, tolerantnostjo, lojalnostjo, enakopravnostjo, vendar pogosto ni tako. Odnosi med zakonskimi partnerji, starši in otroci, sodelavci in sošolci pogosto kažejo znake disfunkcionalnosti v smislu podrejanja, izkoriščanja, zlorabe ali nasilja.

Predavanje bo govorilo o nastanku in vzdrževanju teh odnosov, o prepoznavanju žrtev in storilcev, o načelih preprečevanja nastanka takšnih strupenih odnosov. Kmalu bo postalo jasno, da nas je večina izpostavljena takšnim, izredno škodljivim odnosom, ne da bi se tega sploh zavedali.

Predava doc. dr. Robert Oravec, dr. med., spec. psih. – psihoterapevt.

Četrtek, 29. oktobra, od 17. do 19. ure

Pravljica kot pomoč pri delu s psihološko travmo

Pravljice so univerzalni fenomen in njihovi arhetipski motivi se pojavljajo skozi vso znano človeško zgodovino. Nanje lahko gledamo z različnih vidikov, predavanje pa se bo osredotočilo na psihološki pogled, ki temelji na ideji, da lahko ravno zaradi univerzalnosti pravljичnih motivov z njihovo pomočjo razložimo psihološko zgradbo človeka, njegov razvoj in psihološko dinamiko.

Pravljice uporabljamo tudi kot orodje znotraj psihoterapevtskega procesa, služijo lahko kot pomoč pri boljšem razumevanju posameznikovih problemov, kompleksov, zastojev v razvoju in pri odkrivanju njegovih še neodkritih potencialov rasti in spremembe. Kot primer uporabe pravljice v psihoterapevtske namene bo predstavljena pravljica Motovilka.

Predava Nada Polajžer, specializantka analitične psihologije (router pri IAAP).

Četrtek, 12. novembra, od 17. do 19. ure

Zgibanka Na poti k sebi – niz predavanj v knjižnici
Založila: Knjižnica Ivana Potrča Ptuj, zanjo Milena Doberšek, v. d. direktorice
Besedilo: Urška Križman, dr. Robert Oravec, Nada Polajžer
Fotografije: Pexels
Ptuj, oktober 2020



Na poti k sebi



*Niz predavanj v knjižnici,
oktober–november 2020*

Knjižnica Ivana Potrča Ptuj, 2020