



BLIŽINA
družinski inštitut

PARTNERSKE DELAVNICE

15 tednov - 2 šolski uri - čas za vajin pogovor

- ✓ Spoznajta temeljne zakonitosti za srečen partnerski odnos 💕
- ✓ Ponovno vzpostavita čustveno povezanost v vajinem odnosu. 🦋
- ✓ Kako drug drugega razumeti, slišati in pomiriti. 🦋
- ✓ Kako iti naprej, ko pride do težav v odnosu.
- ✓ Izboljšajta vajine odzive v kritičnih situacijah.
- ✓ Zaživita srečnejše ter bolj polno življenje

 **Pričetek programa:** 7. oktober od 18.30h - 20.00h (do 13.1.2026).
 **Čas trajanja delavnic:** 15 zaporednih torkov od 18.30h - 20.00h.
 **Kje:** preko zoom-a.
 **Za koga?:** za vaju - za pare.

[Prijava.](#)

Prekinita oddaljevanje, vzpostavita povezovanje.

- Bi rada živel a drug ob drugem **zadovoljno**?
- Bi bila rada drug drugem **v oporo in spodbudo**?
- Bi se rada **z veseljem** vračala domov k drug drugemu?
- Bi se rada drug ob drugem počutila **spoštovana in spoščena**?
- Bi rada **delala na vajinem odnosu** in si vzela čas za vaju?
- Bi se rada znala **obvladati** v čustveno nabitih situacijah?
- Bi rada slišala **realna dejstva, smernice in spoznanja** o zadovoljnem partnerstvu?
- Bi rada delala v neposrednem **živem kontaktu** z izkušenima zakonskima terapevtoma?



Online (zoom) delavnice

Anonimnost in diskretnost, če bosta to želela.

Sama se bosta odločila ali bosta imela prižgane ali ugasnjene kamere.



Vsebina:

- Povezovalna in razdiralna čutenja v odnosu.
- Biti sozakoncu varno zatočišče in varno izhodišče.
- Pozitivni in negativni cikel v najinem odnosu- moj prispevek k najinemu začaranemu krogu.
- Najin cikel vstopanja v odnos ter soočanja s čustveno zahtevnimi vsebinami.
- Moj dominantni odziv in kako ga spremeniti, če ni povsem sprejemljiv.
- Kateri je možev in ženin dominantni tip navezanost?
- Sem v odnosu tisti, ki bolj "pritiska", zasleduje ali bolj tisti, ki se umika?
- 5 elementov čustvenega procesiranja.
- Tehnike empatičnega in reflektivnega poslušanja oz. zrcaljenja.
- Nezavedno projiciranje lastnih nezavednih, nepomirjenih vsebin na drugega partnerja.
- Limbični kontratransfer oz. ko se celo telo "strese".
- Poškodbe v navezanosti ali zakaj kdaj pa kdaj drug drugemu težko zaupava?
- 6 korakov odpuščanja – zdravljenje poškodbe navezanosti.
- Kdo so moji t.i. "izgnanci" ter kdo zaščitniki oz. "gasilci"?
- S katerimi lastnimi deli sem varno navezan, katere lastne dele pa odzivam in ignoriram?
- 5 jezikov ljubezni in odpuščanja - ali poznam ženin/možev poglavitni jezik ljubezni?
- Kaj če eden od naju nima dostopa do svojih občutkov in zato ne more oz. ne govori o njih?
- Koliko sva usklajena oz. različna v petih temeljnih potrebah?
- Koliko se (nehote) poslužujeva poskusov kontroliranja drugega partnerja?
- Psihologija notranjega in zunanjega nadzora.
- Kako veva, da sva v najin odnos vključila spremembo, ki ni zgolj površinska, ampak globinska in bi lahko trajno izboljšala najin odnos?
- 4. stopnje zakonskega prepira oz. "ločitvenega" stresa.
- Tri vrste spolnosti, dva modela razumevanja spolnosti ter kaj je najin najboljši "afrodiziak" in kaj največji "antiafrodiziak"?

Koristi

- Osrednja tema = kako do zadovoljnega in umirjenega odnosa.
- Prepoznala bosta vajino obliko prepiranja in prekinjanja medsebojne povezanosti.
- Dobila bosta usmeritve kaj narediti, da se konfliktom izogneta oz. da čimprej spet vzpostavita medsebojno povezanost.
- Jasna razmejitev odgovornosti v vajinih konfliktih.
- Smernice za ohranjanje zadovoljnega in mirnega odnosa.

Kako bodo delavnice izgledale?

- ⇒ Kratka, fokusirana, nazorna predavanja.
- ⇒ Čas za vajin pogovor. Vsaj 3 x na posamezno srečanje po 5 minut.
- ⇒ Primeri dobrih praks.
- ⇒ Odgovori na vprašanja, ki jih lahko zastavite v živo, preko chata ali po mailu.

Sproščeno. Zanimivo. Uporabno. Konkretno. Preverjeno.

Zakaj ravno te partnerske delavnice?

- ✓ Ker jih vodita zakonska terapevta z več kot 20 letnimi izkušnjami dela s pari.
- ✓ Ker sta v 20 letih opravila preko 25.000 ur terapevtskega dela s klienti.
- ✓ Zaradi sproščenega vzdušja in uporabe humorja.
- ✓ Ker težave parov obravnavata s pomočjo različnih terapevtskih pristopov.
- ✓ Zaradi možnosti anonimnosti in diskretnosti, če boste to želeli.
- ✓ Ker sta že sama 22 let poročena in bosta govorila tudi iz lastnih izkušenj.

Pogosta Vprašanja

Bodo predavanja posneta in razpolago za kasnejši ogled?

⇒ Ne.

Kdaj bo naslednja ponovitev?

⇒ Naslednje leto v jeseni.

Ali udeleženci dobijo gradivo?

⇒ **Da. Preko 300 drsnic oz. slidov.**

 **Voditelj:**



dr. Drago Jerebic, spec. ZDT
zakonski terapevt
drago.jerebic@blizina.si
www.blizina.si

  **Gostja:**



dr. Sara Jerebic, spec. ZDT
zakonska terapevtka
sara.jerebic@blizina.si
www.blizina.si

Prijava.

Nekaj izjav udeležencev iz lanskega leta:

Kaj bi rekli nekomu o vaši izkušnji na partnerskih delavnicah?

"Ne glede na to kako se trenutno odvija tvoj partnerski odnos in kaj rabiš ter si želiš, boš na partnerskih delavnicah v vsakem primeru dobil odgovore, saj zaobjemajo širok spekter tematik partnerstva, ki jih Drago podaja na razumljiv in strokoven način, vse skupaj pa popestri s kančkom humorja. Deljene informacije so nujna podlaga za kvaliteten in uspešen odnos."

"Rast v zvezi, nekaj kar bi vsak moral redno prakticirati. Osnova pa želja obeh partnerjev s ciljem po krepitvi odnosa."

"Partnerske delavnice so zelo koristne. Pomagajo, da boljše spoznaš dinamiko v odnosih in posledično lažje razumeš, zakaj se zaciklaš v nek konflikt oziroma kaj je privedlo do njega. Če se tega zavedaš, lažje rešuješ konflikte in se ponovno zbližaš. Če imaš v zavesti tematike, ki smo jih obravnavali, lažje vztrajaš v pozitivnih vzorcih, ki prinašajo dober medosebni odnos."

"Delavnice omogočajo celosten pregled dogajanja v partnerskih odnosih, postavljajo odlične temelje za razumevanje in prav tako ponujajo praktične vaje za poglobljanje partnerskega odnosa in razreševanje težav. Vsebina je podana zelo strokovno, a hkrati

razumljivo vsakemu udeležencu, ki še nima predhodnega znanja. Vsebina se smiselno gradi skozi srečanja. Dragov pristop je avtentičen, deli tudi svoje lastne primere kar omogoča povezavo s poslušalci, skozi humor pa omogoča sproščeno ozračje, kar pripomore, da si vsebine lažje zapomniš in si kot udeleženec bolj sproščen. Poleg zoom srečanj, prejmeš tudi drsnice. Zanimivi so video vložki, ki so vselej zelo povedni in poučni. Res kakovostna delavnica, ki bi jo priporočila prav vsakemu paru."

"Čas s partnerjem in ogromno koristne vsebine, globok vpogled v odnos in njegovo dinamiko."

"Krasen pripomoček k razumevanju odnosa in lažjemu navigiranju skozi vsakdan."

"Boljši vpogled kako in zakaj reagiramo na neke dražljaje, kako funkcioniramo v odnosu, boljše razumevanje odnosov. Dobra delavnica za osebne odnose."

"Lahko pridobi veliko. Skupno preživeti čas, vpogled v moško in žensko naravo, vzorce ki izhajajo iz otroštva, razumevanje različnosti, predvsem pa iztočnice za pogovor."

"Čas za oba, vpogled v dožemanje drugega, v njeno razumevanje mojega odziva oz. kaj sproži moj odziv v njej, priložnost za rast in delo na sebi."

"Lahko pripomore boljšim odnosom in hitejšemu reševanju partnerskih težav."

Kaj ste vi prejeli ali vas je nagovorilo na partnerskih delavnicah?

"Razmislek o mojih prioritetah, čustvenih ranah in umikanju, vpogled v stanje najinega odnosa, da niti ni tako slabo, je pa še ogromno možnosti za rast. Predvsem pa, da bi postal boljši mož, oče, steber družine."

"Na delavnice sem šla, da z možem sploh preživim kaj časa skupaj. Da sva tisti dve uri skupaj brez drugih obveznosti. Začutila sem, da naju je tempo življenja posrkal vase in sva postajala vedno večja neznanca. V krmarjenju med službo in družino se mi je zdel mož tako zelo oddaljen. Za delavnice pa si je vzel čas in je bil samo moj. In to mi je bilo lepo in mi veliko pomeni. Imela sva skupni čas, začela sva se več pogovarjati, se poslušati, si povedala stvari katere si v 20-ih letih nisva povedala. Pri delavnici o čustveni nenavezanosti pa sem doživela Božji dotik, ko so mi besede" nisi bil prisoten" oz. primer o spontanem splavu segle v dno srca in so solze dobile svojo pot. Solze, ki so se s smrtjo prvorojenca ustavile, ko sem takrat svoja čustva čisto izklopila, da sem takrat sploh lahko preživela. Temu so sledile še tri izgube in še večja čustvena otopelost, katero sem vseh 20 let nosila v sebi. In danes počasi zmorem o tej bolečini spregovoriti, ker se počutim ob

možu varna. In zmorem iti v globine in dovolit bolečini prosto pot. Zmorem solzam dati prosto pot. In to je tako zdravilno, osvobajujoče v varnem zavetju moža."

"Razumevanje določenih situacij. Prepoznavanje vzorca negativnega cikla. Dojemanje, da se je treba učiti razumevanja, še vedno. Govoriti o sebi, svojem dojemanju, ne direktno o napakah drugega."

"Mislim, da je bil program in vsebina krasna. Vsekakor bom po zaključku še večkrat pregledala poslane drsnice in svoje zapiske, saj verjamem da mi bo bodo vsebine vsakič znova še kaj dale."

"Pogled v mojo vlogo v odnosu, pogovori o odnosu in razumevanje partnerjevega umikanja."

"Projekcije v medsebojnih odnosih."

"Obnovil sem že poznane vsebine, prejel veliko novega uporabnega znanja, ozavestil neučinkovite načine delovanja pri sebi in dosegel boljše razumevanje sebe in žene."

"Veliko teoretičnega, strokovnega znanja in razlag, podkrepljenih s primeri."

"Za izhodišče mi je bil čudovit negativni cikel, projekcije in poškodbe v navezanosti in odpuščanje."

"Ja, ponovno sem se zaljubila v svojega moža in Bogu sem neizmerno hvaležna, da nama je bila dana milost se udeležiti teh delavnic. Glede na to, da je imel mož take urnike v službi, da je delal cele dneve od ponedeljka do sobote je čudež, da se je vsak torek sploh lahko udeležil delavnic. Ker so mu te delavnice, najin zakon, najin odnos veliko pomenile. In to neizmerno cenim. Zdej mu moram pa še to povedat in se mu zahvaliti."

"Hvala za vse. Bi jih takoj spet ponovila in zdej ko jih bo konec mi bo prav nekaj manjkalo ob torkih."

"Pohvale vam, ki ste spretno slalomirali med resnim delom in sproščenostjo vzdušja, saj je bilo tako res lažje nadaljevati s pogovorom s partnerjem."

"Hvala vam, ogromno materiala za delo na sebi."

"Na trenutke mi je bilo težko, sploh, ko je bil čas 1 na 1 in sem se zavedal, kje dejansko sem oz. sva v odnosu."

"Rad bi se zahvalil za ves čas in energijo, ki ste ju vložili v pripravo na delavnice. Kvalitetna vsebina in kvalitetno predstavljeno. Hvala!"

"Hvala za pobudo, dodatna motivacija za preživet čas skupaj, za pogovor z možem; vsekakor dobrodošlo."

Prekinita oddaljevanje, vzpostavita povezovanje.

Prijave

Svojo prijavo lahko oddate preko [tega obrazca](#).

347 eur/par - Super early bird (prijave do vključno 20.8.). 

397 eur/par - Early bird (prijave do vključno 5. 9.). 

447 eur/par - Običajna cena (prijave do vključno 20.9.). 

497 eur/par - Pozna cena (prijave po 20.9.).

547 eur/par - Last minute cena (prijave po 1.10.).

(naročniki [ISKRENI.net](#) imajo 50 eur popusta)

 Če bosta povabila še en par, imata popust v višini 50 eur (če sta se že prijavila in plačala celotni znesek, vama vrnemo 50 eur).

Prijava vključuje plačilo v celoti ali polovico, preostanek pa do 1. oktobra.

Garancija na zadovoljstvo: vračilo denarja

Če po prvih dveh srečanjih ugotovita, da delavnice niso za vaju, vama v celoti povrnemo plačilo.



BREZPLAČNO DARILO

3 mesečno tedensko spremljanje

Vsak teden ob torkih ob 18h (od januarja do konca marca) bo enourno zoom srečanje, kjer bova odgovarjala na vaša vprašanja, ki jih boste v tistem tednu poslali po elektronski pošti.