

# ANKARAN SYSTEMSKI ESPRESSO NA PRIMORSKEM

## KAJ NAS KREPI V ŽIVLJENJU, DA SMO LAHKO USPEŠNI

**Januar 2024:**

**9. 1. 2024, 17.00 do 19.30**

### **Systemska smetana – odnos z mamo**

1. Kako lahko izboljšam svoj odnos z mamo, da bo šlo boljše meni in mojemu družinskemu sistemu? Kako nam pri tem lahko pomagajo družinske postavitve po Bertu Hellingerju? (Janja)

**23. 1. 2024, od 17.00 do 19.30**

### **Systemski »correto«: odnos z očetom**

2. Kako lahko izboljšam moj odnos z očetom, da bo šlo boljše meni in mojemu družinskemu sistemu? Kako nam pri tem lahko pomagajo družinske postavitve po Bertu Hellingerju? (Damijana)

**Februar 2024:**

**6. 2. 2024, od 17.00 do 19.30**

### **Systemski espresso: Skriti ritmi življenja**

1. Opažam, da se v mojem družinskem sistemu prenašajo neki vzorci vedenja, odvisnosti...., zaradi česa imam občutek, da ne gre dobro meni in mojemu družinskem sistemu. Menim, da se ti vzorci, ker je v moji družini veliko konfliktov, lahko celo nasilja, bolj prenašajo po očetovi strani. Morda nam lahko pri tem, tem, da se neki vzorci po očetovi strani ne bi več prenašali naprej v naš družinski sistem pomagajo družinske postavitve po Bertu Hellingerju. (Damijana)

**20. 2. 2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: Od kletke do kril**

2. Prenašaje različnih vzorcev iz roda v rod (vedenja, odvisnosti...) lahko nam in našemu družinskemu sistemu otežujejo življenje. Morda se prenašajo po mamini ali pa po očetovi strani, ali pa kar po obeh straneh družinskega sistema. Nam lahko pri tem, da se neki slabi vzorci po mamini strani ne bi več prenašali naprej v naš družinski sistem, pomagajo družinske postavitve po Bertu Hellingerju? (Janja)

**Marec 2024:**

**5. 3. 2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: Upornik brez razloga**

1. Se kdaj sprašujete kje je vaše pravo mesto v družini? Imate morda občutek, da niste na pravem mestu? Da bi pogledali, če je temu tako, in ob tem nekaj razrešili v vašem družinskem sistemu, vam pri tem lahko pomagajo družinske postavitve po Bertu Hellingerju. (Damijana)

**19.3.2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: Jaz in on in najin tango**

2. Kje je moje mesto v partnerstvu? Kdo ima prednost v tem odnosu, jaz ali partner? V partnerstvu mi morda ne gre dobro, ker sem morda na napačnem mestu, a tega ne vem. Da bi ugotovili, če je temu tako, in ob tem nekaj razrešili v vašem družinskem sistemu, vam pri tem lahko pomagajo družinske postavitve po Bertu Hellingerju. (Janja)

**April 2024:**

**9. 4. 2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: Kako je fajn, če sem glavni v družini**

1. Ali vem, če sem kot otrok na pravem mestu v moji matični družini in kaj to pomeni, če nisem na pravem mestu, kaj to pomeni zame in za moj družinski sistem? Do odgovorov lahko pridemo s pomočjo metode Postavitve družine Berta Hellingerja. (Janja)

**23. 4. 2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: Sistemski kaos in otrokova nemoč**

2. Moja otrok ima težave v šoli, v zasebnem življenju (vedenjske, droga ali druge odvisnosti, zdravstvene težave). Da bi dobili vpogled kaj se dogaja z njim in našim družinskim sistemom, in da bi kaj v zvezi s težavami naših otrok razrešili, nam pri tem lahko pomagajo družinske postavitve. (Damijana)

**Maj 2024:**

**7. 5. 2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: Od pekla do raja...in nazaj**

1. V mojem družinskem sistemu so odvisnosti, tudi jaz sem odvisna/odvisen (alkohol, droge, delo, adrenalinski podvigi....). Ste se morda kdaj vprašali, da ima to veze z vašim družinskim sistemom? Bi radi izvedli zakaj je odvisnost v vašem družinskem sistemu? Zato vas vabimo, da to skušate izvedeti na delavnici družinskih postavitev po Bertu Hellingerju. (Janja)

**21. 5. 2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: Skrivalnice in njihove resnične zgodbe**

2. Naša sreča in naš uspeh izhajata iz odnosa za našimi starši. Vedno pa nismo srečni in uspešni, v našem družinskem sistemu so morda tudi zlorabe (nasilje, spolne zlorabe...). Pogosto ne vemo odgovora zakaj v našem družinskem sistemu potekajo skrite dinamike med storilcem in žrtvijo. Morda smo enkrat žrtev in drugič storilec... Bi radi pogledali v te skrite dinamike in razrešili zakaj ste na primer žrtev nasilnega storilca ali morda storilec? Morda to razrešite na delavnici družinskih postavitev. (Damijana)

**Junij 2024:**

**11. 6. 2024, od 17.00 do 19.30**

## **Sistemski espresso: La dolce vita – življenje je lepo**

1. Vsak od nas si verjetno želi, da bi v našem družinskem življenju šlo življenje naprej. Kaj to sploh pomeni? Kako lahko damo življenje naprej? Kako je to povezano z našimi starši? Odgovore lahko poiščemo s pomočjo metode Postavitev družine. (Damijana)

**18. 6. 2024, od 17.00 do 19.30**

# Sistemski espresso: Ljubezen, nevidna moč, ki oživi vsakdan

2. Kaj nas podpira v našem družinskem sistemu, da lahko damo življenje naprej, kaj so naše oporne točke, ki nas ženejo naprej v življenje? Odgovor morda najdemo na delavnici družinskih postavitev. (Janja)

## O naju:

**DELAVNICE VODIM:** **dr. Damijana Žišt**, moderatorka družinskih postavitev in moderatorka organizacijskih sistemskih postavitev. Izobraževala sem se na Inštitutu za sistemske postavitve Nataše Čebulj, ki se je za delo z omenjeno metodo, Postavitev družine, izobraževala pri očetu te metode, Bertu Hellingerju v Nemčiji. Kot urednica mesečnika Sistemski zavedanja za družinske postavitve, ki ga izdaja Inštitut za sistemske postavitve, sem tudi zunanja sodelavka inštituta. Moje korenine so v okolici Slovenske Bistrice, živim pa v Ljubljani, kjer sem ostala po študiju na zdravstveni visoki šoli in Pedagoški fakulteti, kjer sem diplomirala in doktorirala iz področja nasilja med zaporniki. Opravila sem prvo raziskavo o nasilju v slovenskih zaporih v Sloveniji. Zaposlena sem kot novinarka na ljubljanskem dopisništvu Večera na področju črne kronike, v svojem življenju pa sem se ukvarjala tudi z Romi, brezdomci, begunci in zaporniki. Sem članica častnega razsodišča Društva novinarjev Slovenije in ambasadorica Zavoda Varna pot, ki pomaga žrtvam prometnih nesreč. Napisala sem štiri knjige z naslovi Utrinki iz življenja za rešetkami, Zakaj sta morala umreti ta dva otroka, Milica Makoter: Kriva ali nedolžna, Nevidni svet žrtev prometnih nesreč.

**DELAVNICE VODIM:** **Janja Otoničar** raziskovalka življenja in polna življenjskega elana. V življenju sem imela priložnosti raziskati in poglobiti zelo različen spekter znanj, tehnik in veščin s področja osebne rasti, ki jih uporabljam v vsakdanjem življenju in pri svojem delu. Za to danost sem zelo hvaležna. Med pridobljenimi znanji so mi Sistemske postavitve po metodi Berta Hellingerja še prav posebej dragocene. Pred leti sem zaključila večletni program pod vodstvom Nataše Čebulj iz Slovenije in Vedrana Kraljeta iz Hrvaške in postala moderatorka organizacijskih in družinskih sistemskih postavitev. Znanje, izkušnje in veščine izpopolnjujem na mednarodnih seminarjih, vadbenih skupinah, srečanjih Inštituta Sistemskih postavitev. Že od leta 2011 se izpopolnjujem na področju nenasilne (povezovalne) komunikacije (NVC) po metodi Marsalla Rosenberga in na področju Geomantije. Zaključila sem šolo poslušanja – Biser pri Alenki Rebuli in Josipi Prebeg. Glede na dolgoletne bogate osebne in poslovne izkušnje v gospodarstvu opravljam tudi poslovna svetovanja, sooblikujem srečanja Inštituta Sistemskih postavitev ali druge dogodke ter izvajam individualne sistemske postavitve za poslovne in osebne primere.