



MEDSEBOJNI ODNOSI IN SPORAZUMEVANJE

Mentorica:	Prof. dr. Ana Krajnc , prof. ped. in psih., doktorica pedagoških znanosti in zaslužna profesorica Univerze v Ljubljani. Soustanoviteljica in predsednica Slovenske univerze za tretje življenjsko obdobje. Avtorica več znanstvenih del in preko 300 člankov o izobraževanju odraslih in starejših, avtorica knjige Spoznaj sebe in druge.
Kdaj in kje:	SREDA, 13:00 do 14:30 Izobraževanje na daljavo, prek orodja Zoom
Prvo srečanje:	sreda, 1. oktober 2025, ob 13. uri

OKVIRNA VSEBINA

Ljudje smo po svoji naravi družbena bitja. Človek sam, brez soljudi, ne more preživeti, kajti prirojene psiho-socialne potrebe (po varnosti, ljubezni, pripadnosti, spoštovanju, samouresničevanju ...) lahko zadovoljujemo in uresničujemo le v medosebnih odnosih.

Program namenjamo pridobivanju znanja za boljše razumevanje sebe in drugih, za razvijanje ustreznih načinov reševanja konfliktov v odnosih, za prepoznavanje in razumevanje svojih čustev in čustev drugih, kar nam pomaga obvladovati različne situacije v medosebnih odnosih.

Tematski sklopi:

Osnove transakcijske analize. Kaj je transakcija?

Kaj sestavlja medosebni odnos?

Vrste medosebnih odnosov: v katerih ego stanjih zaznavamo ljudi okoli sebe in s katerimi ego stanji reagiramo nanje.

Medsebojna uporaba ljudi je naravna.

Zloraba: odnos, v katerem samo eden zadovoljuje svoje potrebe, drugi pa usiha, je napačen odnos.

Vsebinska in odnosna komunikacija.

Verbalna in neverbalna komunikacija.

CILJI

Spoznati/utrditi osnove transakcijske analize.

Spoznati in razumeti različne vrste medosebnih odnosov.

Razumeti, kako vsak človek brani sebe, da dobiva potrebna čustva.

Bolje razumeti odnos človek/družba.

METODE DELA

Razgovor, analiza primerov (case study), predavanje, analiza primerov iz vsakdanjega življenja.

UPORABLJENA LITERATURA IN VIRI ZA PRIPRAVO PROGRAMA

Maslow, A. (1972). Beyond The Human Nature. Harper.

Bern, E. (1999). Šta kažeš posle zdravo? Beograd: Ne&Bo.

Bern, E. (2010). Katero igro igraš? Temeljna knjiga o psiholoških igrah v medčloveških odnosih. Ljubljana: Sinesis.

Miller, A. (1992). Drama je biti otrok in iskanje resnice o sebi. Ljubljana: Tangram.