



USTVARJALNO SREDIŠČE  
**ABRAM**  
Pedrovo nad Branikom

13-urna delavnica

# INTELIGENTNA ČUSTVA

vodi mag. **Silvo Šinkovec**

Petek 22. maj 2009 od 17.00 do 20.30 in  
sobota 23. maj 2009 od 9.00 - 19.00  
v dvorani na Pedrovem.

## Tema:

Seminar nas uvaja v osnove čustvenega opismenjevanja in temelje čustvene inteligence. Kaj so čustva in kako z njimi živeti? Jeza, strah, žalost, sram, krivda, ponos, ljubezen. Vsako čustvo spoznavamo posamezno: kako ga čutimo, kako se izraža, krog čustva, kako smiselno uporabljati informacije, ki jih čustvo sporoča.

Srečanje je namenjeno vsem, ki želijo nekaj časa posvetiti svoji osebnostni rasti, pedagoškim delavcem (vzgojiteljicam in vzgojiteljem, profesorjem, razrednikom, šolskim svetovalnim delavcem, ravnateljem) in staršem. Šolskim zbornicam je v pomoč pri oblikovanju vzgojnega načrta.

## Cena:

80 evrov - za prijave in vplačila do 15. maja 2009

90 evrov - za prijave in vplačila po 15. maju 2009

Število udeležencev je omejeno.

Podatki, ki jih za nakazila napišete na položnico:

naziv: ABRAM, Branik 243, 5295 Branik; namen nakazila: predplačilo Šinkovec;

TRR SI56 0475 0000 1385 793



**Silvo Šinkovec**, mag. psihologije, defektolog in teolog, ima izkušnje s svetovalnim delom, vodi duhovne vaje, različne seminarje ter več šol za starše. Je supervizor, predavatelj različnim skupinam ter avtor številnih strokovnih člankov. Je urednik revije Vzgoja ter direktor Zavoda sv. Ignacija. Na Pedrovem je že gostoval z dobro obiskanimi delavnicama Osebni dnevnik in Spodbujanje razvoja samozavesti in samospoštovanja.

**PRIJAVE IN INFORMACIJE:**

tel. ++386 (0)5 3057610 ali [info@abram.si](mailto:info@abram.si)

[WWW.ABRAM.SI](http://WWW.ABRAM.SI)

# PROGRAM

## Petek, 22. 5. 2009

- 17.00 - prihod in prijava, razdelitev gradiva  
17.15 - predstavitev programa in udeležencev
- 17.30 - 1. predavanje: Čustva nas učijo  
Vaja: Čustveni besedni zaklad  
18.30 - Odmor
- 18.45 - 2. predavanje: Vsakdo se zna razjeziti  
Vaja: Kako živeti z jezo?
- 20.30 - kdor želi: sveta maša v cerkvi

## Sobota: 23. 5. 2009

- 9.00 - 4. predavanje: Izkušnja strahu  
Vaja: Kako ravnati s strahom?  
10.30 - Odmor
- 10.45 - 5. predavanje: Izkušnja žalosti  
Vaja: Kako živeti z žalostjo?
- 12.15 - 6. predavanje: Sram in krivda
- 13.00 Kosilo in prosti čas
- 14.15 Vaja: Kako ravnati s sramom in krivdo?  
15.15 - 7. Predavanje: Ponos  
15.45 Odmor
- 16.00 Vaja: Kako negovati ponos  
16.45 8. Predavanje: Čustveni mentor  
Vaja: Iz ljubezni do sebe  
18.00 - Ovrednotenje
- 18.30 - Kdor želi: sveta maša v cerkvi  
19.00 Zaključek

Literatura: Frances Wilks, (2001) Inteligentna čustva, založba Ganeš, Kranj.

V ceno je všteto gradivo, napitki ob odmorih in zelenjavna enolončnica za sobotno kosilo. Veselimo se prispevkov za skupno mizo (sadje, sladice, domače jedi...).

Vsi, ki želite seminar upoštevati pri napredovanju, boste potrdilo o udeležbi in kratek opis programa (dobite ga na delavnici) dodali k vlogi za Ministrstvo za šolstvo, ki jo bo nato pregledalo in odločalo o točkovanju.

Podrobnejši opis poti do nas in druge informacije so objavljene na naši spletni strani:  
[www.abram.si](http://www.abram.si).

**Vabljeni!**