INŠTITUT TVOJA POT

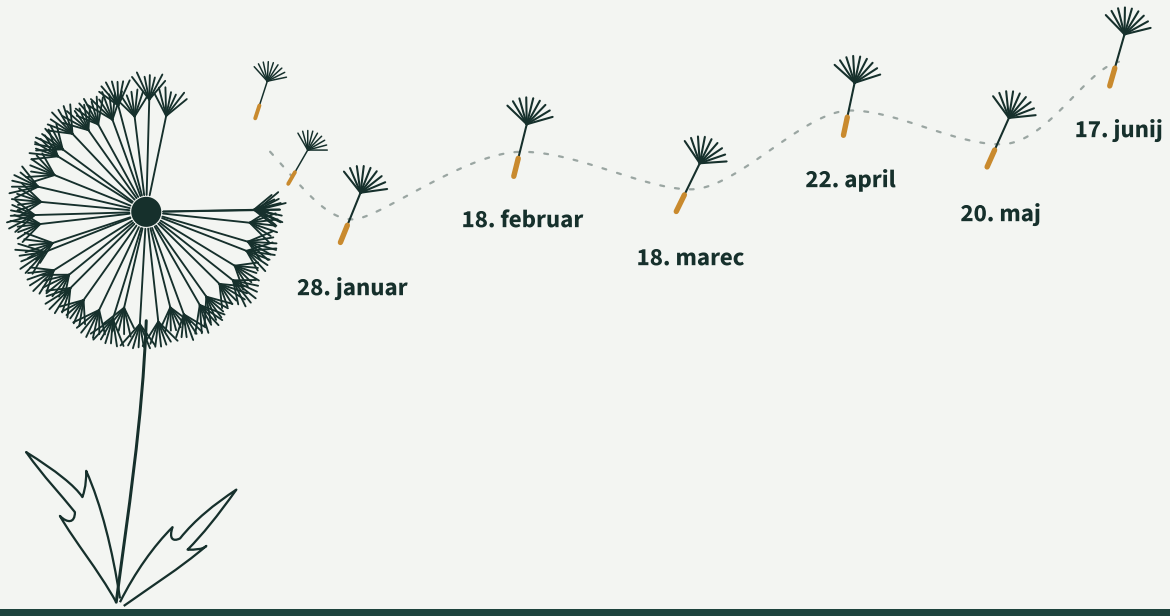
Vabilo na izobraževanje

POLLETNO STROKOVNO IZOBRAŽEVANJE ZA PSIHOTERAPEVTE · 2027

Podpora posameznikom v procesu žalovanja

Od naravnega do zapletenega žalovanja
pri odraslih, mladostnikih in otrocih

Program povezuje sodobna teoretična spoznanja o žalovanju, praktične veščine in izkustveno delo. Temelji na raziskovalnem delu in dolgoletni praksi izvajalk pri individualni in skupinski podpori žalujočim.



OBSEG

6 srečanj · 30 pedagoških ur

TERMIN

Četrtki, 16.00–20.00 · začetek 28. 1. 2027

IZVEDBA

Hibridno: v Ljubljani ali na daljavo

KOTIZACIJA

980 € · 900 € ob prijavi do 30. 11. 2026

INFORMACIJE IN PRIJAVE

info@tvojapot.com

Klikni za prijavo

IZVAJALKI

Urška Petak · Tjaša Šapla Troha

Zakaj potrebujemo znanje o podpori žalujočim



Izguba bližnje osebe pripelje v terapijo veliko klientov, tudi takrat, ko z njo ne pridejo. Za kompetentno delo z njimi potrebujemo specifično znanje o žalovanju.

01

Žalovanje je pogosto skrito.

Pogosto se kaže kot depresivnost, tesnoba, telesni simptomi ali težave v odnosih. Če ga ne prepoznamo, lahko zgrešimo jedro klientove stiske.

02

Zapleteno žalovanje je samostojna diagnoza.

Večina žalujočih se na izgubo sčasoma prilagodi, približno vsak deseti pa razvije dolgotrajno in ovirajoče žalovanje. Motnja kompleksnega procesa žalovanja (*prolonged grief disorder*) je od leta 2022 vključena v ICD-11 in DSM-5-TR.

03

Potrebna je natančna presoja.

Terapevt mora ločiti naravno žalovanje od zapletenega ter od depresije in posttravmatske stresne motnje. Tako ne patologizira običajne žalosti in ne spregleda tistih, ki potrebujejo specifično obravnavo.

04

Model petih faz je zastarel.

Sodobni modeli žalovanje razumejo kot dinamičen proces nihanja med soočanjem z izgubo in obnovo življenja, ohranjanja vezi z umrlim ter iskanja novega smisla. To spremeni, kako klienta spremljamo.

05

Otroci in mladostniki žalujejo drugače.

Njihovo prilagajanje je tesno povezano z razvojem in z odzivom družine. Tudi terapevti, ki delajo z odraslimi, pogosto spremljajo starše žalujočih otrok.

06

Delo z izgubo zadeva tudi terapevta.

Nagovarja naš lasten odnos do smrti in minljivosti. Brez refleksije in skrbi zase se povečata tveganje za izgorelost in za to, da klienta nehote vodimo po svoji poti žalovanja.

07

Podpora v Sloveniji je razpršena.

Specializirana pomoč žalujočim je regionalno neenakomerno dostopna, skupnih strokovnih smernic za delo z žalovanjem v psihoterapiji pa še nimamo.

METODE DELA

Predavanja, praktične vaje, delo v parih in manjših skupinah, prikaz svetovanja, analiza primerov, izkustveno delo in intervizija.

GRADIVO

Udeleženci prejmejo delovno gradivo z vajami in delovnimi listi.

Časovnica



Šest srečanj poteka enkrat mesečno. Vsako srečanje združuje teoretični del, izkustveno delo ter čas za intervizijo primerov.

28. 1.
SREČANJE 1

Odnos do smrti in žalovanja

Družbeni odnos do smrti in žalovanja; lasten odnos do minljivosti in osebna zgodovina izgub; ustvarjanje varnega prostora za delo z izgubo.

18. 2.
SREČANJE 2

Proces žalovanja in dejavniki, ki vplivajo nanj

Žalovanje kot naraven prilagoditveni proces; klasični in sodobni modeli (naloge žalovanja, kritika faznih modelov, model dvojnega procesa, nadaljevanje vezi, rekonstrukcija smisla); odziv telesa in možganov na izgubo; vrsta izgube in način smrti (bolezen, nenadna smrt, samomor, nesreča, nejasna izguba); travmatične okoliščine; navezanost in predhodne izgube; varovalni dejavniki.

18. 3.
SREČANJE 3

Naravno in zapleteno žalovanje

Akutno, naravno in zapleteno žalovanje; motnja kompleksnega procesa žalovanja po ICD-11 in DSM-5-TR; razlikovanje od depresije in PTSM; ocenjevanje in presejalni vprašalniki.

22. 4.
SREČANJE 4

Žalovanje otrok in mladostnikov

Razvojno razumevanje smrti; potrebe žalujočega otroka; posebnosti žalovanja v mladostništvu; vloga staršev in družine; prikaz skupinskega dela z mladostniki.

20. 5.
SREČANJE 5

Posebne izgube in terapevtski proces pri zapletenem žalovanju

Izguba otroka v nosečnosti ali ob rojstvu; izguba sorojenca; žalovanje v partnerskem odnosu in družinskem sistemu; medgeneracijski prenos nerazrešenih izgub; spletna podpora pri žalovanju; terapevtski proces: ocena stanja, varen odnos, akcijski načrt, uravnavanje med izpostavljanjem težkim čustvom in odmikom od njih, integracija izgube; prikaz individualnega dela in analiza primerov.

17. 6.
SREČANJE 6

Skrb zase in zaključek

Skrb zase pri delu z izgubo; intervizija primerov udeležencev; refleksija programa in sklep.

KDAJ	KJE	OBSEG
Ob četrtkih, 16.00–20.00	Terapevtski center Obelisk, Polje 363, Ljubljana-Polje, ali na daljavo	6 × 5 pedagoških ur

Kaj pridobite

- Razumevanje procesa žalovanja pri odraslih, mladostnikih in otrocih ter poznavanje sodobnih modelov in raziskav
- Poznavanje dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov, ki vplivajo na potek žalovanja
- Posebne pristope za delo z otroki, mladostniki in družinami
- Intervizijo lastnih primerov iz prakse
- Znanje za razlikovanje med akutnim, naravnim in zapletenim žalovanjem ter poznavanje meril ICD-11 in DSM-5-TR
- Veščine načrtovanja in vodenja podpore, individualno in v skupini
- Refleksijo lastnega odnosa do smrti in izgube ter orodja za skrb zase

Izvajalki

Urška Petak

mag. psihosocialnega svetovanja, specializantka integrativne psihoterapije

Doktorska kandidatka na Fakulteti za uporabne družbene študije (FUDŠ), kjer raziskuje dejavnike tveganja za zapleteno žalovanje pri mladostnikih; na FUDŠ izvaja izbirni predmet Umiranje, smrt in paliativna oskrba. Je ustanoviteljica Inštituta Tvoja Pot ter avtorica knjig *Tvoja pot – sopotnik skozi izkušnjo žalovanja* in *Spregovorimo o smrti in žalovanju*. Ima dolgoletne izkušnje iz Slovenskega društva Hospic z individualno in skupinsko podporo žalujočim ter z razvojem programov za otroke in mladostnike. Raziskavo je predstavila na 3. evropski konferenci o žalovanju v Portu (2026). Strokovni pristop povezuje z lastno izkušnjo žalovanja.

Tjaša Šapla Troha

dipl. m. s., pedagoška delavka

Svojo strokovno in osebno pot je razvila skozi globoke izkušnje izgub, vključno s smrtjo hčerke. Podpori žalujočim se posveča s toplino, ranljivostjo in jasnostjo. V svojem delu poudarja pomen časa, avtentičnega čutenja in poguma, ki ga prinese soočenje z izgubo.

Izvedba in prijava

KOTIZACIJA

980 €, ob zgodnji prijavi do 30. 11. 2026 pa 900 €

POGOJI ZA ZAKLJUČEK

Prisotnost na najmanj 75 % vsebin

POTRDILO

Potrdilo o opravljenem izobraževanju

ŠTEVILO MEST

Omejeno; program se izvede ob najmanj 10 udeležencih

INFORMACIJE IN PRIJAVE

info@tvojapot.com Klikni za prijavo

Mesto je zagotovljeno ob plačilu kotizacije. S prijavo se zavežete k plačilu celotnega programa in soglašate z obdelavo osebnih podatkov za namen izvedbe izobraževanja.

Avtorica vabila: Urška Petak · © 2026 Inštitut Tvoja Pot