

Zakaj je od vseh komunikacij najpomembnejša



tista *s samim seboj* ?

Zato.



Manica Žmauc

# SOCIALIZACIJA

# INDIVIDUALIZACIJA

drugi  
normalno  
količina



jaz  
(p)osebno  
kvaliteta

# KOMUNIKACIJA S SEBOJ



*misli*  
*čustva*  
*občutki*

Govoriti s seboj.

Slišati sebe.

# NOTRANJA DRUŽINA



Hočem!

Nočem!!!

Boli!

Dooooooooolgčas!

!!!!!!!!!!!!!!!



Šššš...

Potrpi.

Počakaj.

Pazi!

Bravo!





Akcija!  
Daj že!  
Moraš.  
Vzdrži.



Vsi slišani, spoštovani in izraženi.



„Povej, poslušam te.“

„V redu si.“

„Vse bo dobro.“

[manica.zmauc@gmail.com](mailto:manica.zmauc@gmail.com)