

warsztaty dla rodziców nastolatków na Ochocie

Stowarzyszenie Syntonia zaprasza rodziców nastolatków na kolejną edycję bezpłatnych warsztatów dotyczących budowania i utrzymywania relacji z dorastającym dzieckiem.

Czy Twoja relacja z nastolatkiem jest dla Ciebie trudna? Czy często reagujesz złością na jego zachowanie, a zależy Ci na tym by z nim rozmawiać i je rozumieć?

Zapraszamy na warsztaty o budowaniu i utrzymaniu dobrych relacji i komunikacji z dorastającymi dziećmi a także zapobieganiu zachowaniom ryzykownych, na których:

- przyjrzyj się swoim potrzebom, granicom, trudnościom,
- porozmawiamy o Twoich przekonaniach dotyczących wychowania i oczekiwaniach w stosunku do dziecka,
- dowiesz się jak kontrolować swoją złość i reagować na trudne zachowania dziecka,
- poszukamy Twoich mocnych stron i sposobów wykorzystania ich w budowaniu dobrej relacji z dzieckiem
- dowiesz się jak możesz chronić dziecko przed podejmowaniem przez nie zachowań ryzykownych i które zachowania powinny wzmocnić Twoją czujność.

Zrozumieć nastolatka

17 listopada 2018

Empatyczna komunikacja w trudnych sytuacjach - jak krytykować by nie ranić i jak łagodzić napięcia?

18 listopada 2018

Zachowania ryzykowane – jak chronić i jak rozmawiać?

25 listopada 2018

Żeby chciało się chcieć, czyli o tym jak wzmacniać motywację nastolatka do działania i do rozwoju

2 grudnia 2018

Warsztaty odbywają się w godzinach 10:00 – 16:00.

Miejsce spotkań: Centrum Sami Sobie, ul. Tarczyńska 11 lok. 24, Warszawa

Zapisy i informacje: www.syntonia.org.pl, rodzice@syntonia.org.pl, tel.: 792 765 790

Udział w warsztatach jest bezpłatny dzięki finansowaniu ze środków m.st. Warszawy Dzielnicy Ochota.

Projekt finansuje m.st. Warszawa

