Rodzicielstwo pełne relacji – warsztaty dla rodziców

2026-03-26

Dojrzewanie to złożony proces intensywnych zmian fizycznych i psychicznych. Dorastające dzieci potrafią bardzo impulsywnie reagować na z pozoru neutralne wydarzenia, ponoszą je emocje, bywają roztargnione, zagubione. To wpływa na relacje z rodzeństwem i rodzicami, zmienia dynamikę życia rodzinnego. Jak umiejętnie wspierać nastolatka w tym trudnym okresie i jednocześnie dbać o swój balans emocjonalny? Jak rozmawiać z nastoletnim dzieckiem, by zostać usłyszanym?

„Rodzicielstwo pełne relacji. Rozmowy, których potrzebuje nastolatek” to projekt skierowany do rodziców dzieci w wieku 11–18 lat. Uczestnicy w bezpiecznej i wspierającej atmosferze nauczą się „rozbrajać” bojowe nastroje oraz akceptować nieuchronne zmiany, których doświadcza dziecko stając się młodym dorosłym. Udział w warsztatach pozwoli nabrać dystansu, spojrzeć z innej perspektywy na dotychczasowe problemy i w praktyce przetestować nowe formy komunikacji.

Warsztaty odbywać się będą w niedużych grupach (max 18 osób) w Klastrze Innowacji Społeczno-Gospodarczych przy ul. Zabłocie 22B.

Terminy do wyboru:

- ~~czwartek, 19 lutego, w godz. 17.00–20.00~~
- ~~czwartek, 26 lutego, w godz. 17.00–20.00~~
- ~~środa, 4 marca, godz. 17.00–20.00~~
- ~~środa, 11 marca, godz. 17.00–20.00~~
- ~~czwartek, 19 marca, w godz. 17.00–20.00~~
- **czwartek, 26 marca, w godz. 17.00–20.00**.

Szczegółowe informacje dotyczące zapisów znajdują się na **stronie**.

Zadanie publiczne jest finansowane ze środków Miasta Krakowa. Udział w warsztatach jest **bezpłatny**.