



Warsztaty o komunikacji w rodzinie - Tato, dogadajmy się.

2024-10-17

Stowarzyszenie Inicjatyw Społecznych "Twoja siła" rozpoczyna nowy projekt pod hasłem: „Tato, dogadajmy się!” mający na celu poprawienie komunikacji i relacji w rodzinie. Warsztaty dedykowane są przede wszystkim panom: ojcom dzieci w wieku szkolnym (powyżej 9 roku życia). Projekt jest finansowany ze środków Miasta Krakowa. Udział w warsztatach jest bezpłatny.

Projekt zakłada przeprowadzenie sześciu warsztatów w niedużych grupach (max 16 osób). Warsztaty będą odbywać się w Kłastrze Innowacji Społeczno-Gospodarczych przy ul. Zabłocie 22 w Krakowie. Podczas warsztatów rodzice zdobędą praktyczne umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, nauczą się uważnego słuchania swojego dziecka, empatycznej komunikacji (NVC) i jasnego formułowania własnych potrzeb. Warsztaty poprowadzą: Monika Chmura (certyfikowany coach i trener) oraz Magdalena Oberc (specjalistka ds. komunikacji, coach, trener).

Terminy warsztatów: 30/10/2024, 05/11/2024, 06/11/2024, 14/11/2024, 04/12/2024 i 11/12/2024 w godz. 16:30-20:00.

- Zapraszamy ojców, którzy chcą bardziej świadomie spojrzeć na siebie i swoją rodzinę i spróbować w inny sposób niż dotychczas budować relacje - wyjaśnia Monika Chmura, prezes Stowarzyszenia "Twoja siła". Celem szkolenia jest nabycie przez uczestników projektu umiejętności empatycznej komunikacji oraz umiejętności radzenia sobie z trudnymi sytuacjami. Forma warsztatowa pozwala w aktywny sposób przyswoić nowe formy komunikacji.

Stowarzyszenie Inicjatyw Społecznych „Twoja Siła” powstało w Krakowie w maju 2022 roku, by wspierać kobiety w rozwoju osobistym i dokonywaniu odważnych zmian w swoim życiu. W ramach Stowarzyszenia organizowane są regularne warsztaty dotyczące m.in. komunikacji, asertywności, radzenia sobie ze stresem, wewnętrznej motywacji.

- Wierzymy, że każdy ma w sobie potrzebne zasoby i siłę do zrealizowania swoich marzeń i życiowych celów, dlatego nasze stowarzyszenie przyjęło nazwę „Twoja Siła” – mówi Monika Chmura, prezes Stowarzyszenia.

Wiosną tego roku Stowarzyszenie zainicjowało projekt „Dogadajmy się! Zbuduj zdrowe relacje ze swoim dzieckiem!”, w którym wzięło udział ponad 100 rodziców z Gminy Miejskiej Kraków. Projekt (również współfinansowany przez Miasto Kraków) został bardzo dobrze oceniony przez uczestników, a obecna propozycja skierowana do ojców, jest odpowiedzią na zgłaszane zapotrzebowanie społeczne.

Szczegółowe informacje dotyczące zapisów znajdują się na stronie: www.twojasila.org.pl