



## MAMO, TATO, SYNU I CÓRKO! DOGADAJ SIĘ W DOMU!

### Warsztat dla rodziców i ich nastoletnich dzieci

**Dla kogo?** – dla rodziców i nastolatków chcących ułatwić sobie wzajemne dogadywanie się

**Kiedy?** 31.10 oraz 22.11

**Godziny?** 10:00 -17:00

**Gdzie?** Warszawa

**Cena?** 380 PLN/osobę; 480 PLN/rodzic + dziecko; 840 PLN/dwoje rodziców + dziecko

#### CELE WARSZTATU

- Zrozumienie, dlaczego warto się dogadywać.
- Nauka jak mówić żeby inni mnie słuchali, jak słuchać żeby inni do mnie mówili

#### TREŚCI SZKOLENIA

- Jak się dogadać i nie zwariować?
- Jak rozwiązywać konflikty według modelu wygrany wygrana, czyli i wilk syty i owca cała.
- Jak mówić o tym, na czym mi zależy nie raniąc innych?
- Jak dawać informacje zwrotne, czyli co lubię w tym, co robisz, a co mi się nie podoba.
- Jak przyjmować krytykę i trudne słowa, czyli dlaczego czasem ważne jest to, co krzyczysz?
- Jak, na co dzień korzystać z empatycznej komunikacji?

#### WARTOŚCI DODANE

- Praktyka i ćwiczenia w grupie rówieśników i rodziców
- Możliwość przepracowania tematów i spraw między dziećmi a rodzicami.

#### ANETA RYFCZYŃSKA

Trenerka, konsultantka, autorka artykułów na temat komunikacji rodzic-dziecko, współautorka bloga: *Przyjaciele żyrafy* oraz książek: *Przyjaciele żyrafy. Bajki o empatii*, *Tęskniący Zenon. Bajki o empatii* oraz *Lulu*. Ukończyła Szkołę Trenerów Komunikacji według Empatii. W 2013 roku uzyskałam certyfikat mediatora NVC. Zwolenniczka Porozumienia bez Przemocy (Nonviolent Communication), które zgłębia pod okiem trenerów z całego świata: Miki Kashtan, Liv Larsson, Eva Rambala, Anna Mills, Newt Bayle, Ike Laseter, Ewa Orłowska, Pernille Plantener, Sarah Peyton, Sabine Geiger. Od 2012 roku korzysta z superwizji trenerskiej.

#### Kontakt

Fundacja Pasja do Edukacji i Rozwoju [www.pasjadoedukacji.org](http://www.pasjadoedukacji.org).

Nadia Kirova [nadia.kirova@pasjadoedukacji.org](mailto:nadia.kirova@pasjadoedukacji.org); GSM: +48 607 059 455