



Stowarzyszenie OPTA zaprasza na bezpłatny warsztat na temat mentalizacji, jako ważnej umiejętności w procesie budowania relacji z dzieckiem. Warsztat odbędzie się w dniach 6-7 lipca 2024 r. Co to znaczy mentalizować?

Mentalizować to chcieć się dowiedzieć, być uważnym, dociekliwym, zaciekawionym. Nie chodzi jednak o to, by wiedzieć na pewno, czego doświadcza drugi człowiek. Baczna obserwacja i autentyczna chęć dowiedzenia się jest ważniejsza niż stuprocentowa pewność. Dotyczy to również siebie, własnych emocji i zachowań.

Mentalizacja to umiejętność zauważania własnych uczuć, myśli, marzeń, tego, czego w danej chwili pragniemy i jej wpływu na nasze zachowanie. To jednocześnie nadawanie znaczenia zachowaniom innych poprzez wyobrażanie sobie, co może się dzieć w ich głowach.

Proponowane spotkanie warsztatowe będzie poświęcone perspektywie rodzica, przyjrzeniu się momentom, kiedy mentalizacja nie działa i jakie mogą być tego konsekwencje.

W ramach dwudniowego spotkania uczestnicy będą pracować na forum i w podgrupach, korzystać z własnego doświadczenia w prowadzeniu dialogu z dzieckiem.

Termin: 6-7 lipca 2024 r. w godzinach od 9.00 do 16.00

Udział w warsztacie jest bezpłatny.

Można w nim wziąć udział dzwoniąc pod numer 797 924 700 lub 797 850 874, od poniedziałku do piątku w godzinach 10-17.

Działania projektowe odbywają się w centrum Warszawy w siedzibie Stowarzyszenia OPTA.

Prowadzące: Katarzyna Bartosiak i Beata Szymańska

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego.

Oprac. na podstawie informacji organizatora.