



„Macierzyński odlot” warsztat dla Mam

Jeśli jesteś młodą Mamą i na co dzień w relacji z dzieckiem przeżywasz uczucia takie jak, złość, frustracja, bezradność itd., zapraszamy Cię na warsztat, na którym dowiesz się:

- jak radzić sobie w trudnych dla siebie sytuacjach
- jakie Twoje zachowania w stosunku do Twojego dziecka są w porządku
- jak konstruktywnie możesz odreagować, żeby nie ranić własnego dziecka
- w jaki sposób nie przelewać swojej frustracji, złości na dziecko, które nie jest adresatem tych emocji.

Będziemy także zachęcać Was do dawania sobie wzajemnego wsparcia oraz korzystania z doświadczeń i potencjału każdej z Mam. Do udziału w warsztacie zachęcamy wszystkie mamy, które potrzebują i chcą przyjrzeć się swoim emocjom w relacji z dzieckiem.

23 września (czwartek) 1100-1330

Koszt: 35 pln

Warsztat prowadzą: Agnieszka Sugier i Ela Gajda

Rezerwacja i dodatkowe informacje w kawiarni lub pod nr tel. 22 207 23 61,

e-mail: kontakt@mamamia.com.pl