

Warsztaty: Rodzic w pracy w Klubie Studenckim Skrzat



Spotkania / Warsztaty

15.10.2026

12:00

-

15.10.2026

15:00

Wstęp wolny (zapisy do 9 października)

Bycie rodzicem i bycie w pracy to dwie ważne role, które każdego dnia domagają się naszej uwagi, obecności i zaangażowania. Łączenie ich może rodzić napięcie – szczególnie wtedy, gdy mamy poczucie, że będąc w jednym miejscu, powinniśmy jednocześnie być gdzieś indziej.

Nie chodzi o to, żeby ten konflikt całkowicie usunąć. Możemy jednak szukać sposobów, które pomogą nam lepiej sobie z nim radzić. Jednym z nich jest świadome rodzicielstwo – budowanie relacji z dzieckiem i z samym sobą, która pozwala zachować bliskość także wtedy, kiedy nie możemy być razem.

Zapraszam na warsztat, podczas którego przyjrzymy się temu, co w naszym codziennym życiu może wspierać relację z dziećmi, które zostają w domu, kiedy my idziemy do pracy.

Porozmawiamy o pułapkach roli rodzica i o tym, co nieświadomie może zwiększać napięcie w wychowaniu, a w konsekwencji utrudniać łączenie życia rodzinnego i zawodowego.

Będziemy mówić o rangach, sile i słabości. Poszukamy także własnych zasobów – emocjonalnych i psychologicznych – które już mamy, choć nie zawsze jesteśmy ich świadomi.

Nie będziemy szukać sposobu na to, jak być idealnym rodzicem. Będziemy szukać czegoś bardziej realnego: jak pozostawać w relacji z dzieckiem, nie tracąc przy tym siebie.

☐ Data: 15.10.2026r. o godz. 12:00-15:00

☐ Miejsce: Klub Studencki Skrzat, Dom Studenta Mrowisko, ul. Katowicka 87, Opole

☐ Prowadzący: Anna Bereźnicka - Centrum Wsparcia Psychologiczno-Terapeutycznego

✉ Zgłoszenia: Aby zapisać się na warsztat, prosimy o zgłoszenie na [cwpt@uni \[dot\] opole \[dot\] pl](mailto:cwpt@uni.opole.pl) do 9 października. Ilość miejsc: 20.