



## CZWARTKI DLA RODZICÓW

warsztaty  
30 marca

godz. 17.00 – 19.30

### Jak zachęcić nastolatka do samodzielności?

Samodzielność można rozwijać lub tłumić na każdym etapie życia człowieka. To od postawy rodzica wobec nastolatka zależy, czy będzie on **potrafił załatwić najprostszą sprawę**, w sposób odpowiedzialny **podjąć ważną decyzję**, czy samodzielnie **uporać się z wieloma problemami**.

#### Podczas warsztatów dowiesz się:

- ⇒ co robisz za dziecko, choć wiesz, że od dawna już nie powinieneś tego robić?
- ⇒ jak stworzyć warunki, które będą pozwalały Twojemu dorastającemu dziecku osiągnąć niezależność od ciebie i innych dorosłych?
- ⇒ jak włączyć dziecko w codzienne czynności domowe?
- ⇒ jak zachęcić je do samodzielnego podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów?

### Zapraszamy do zapisów!

**zapisy:** [kz mudzka.ppp6@gmail.com](mailto:kz mudzka.ppp6@gmail.com), tel. 71 798-67-39 wew. 141, gabinet psychologów 219  
*Liczba miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.*

Warsztaty prowadzi: **Karolina Żmudzka** – psycholog, terapeuta, doradca zawodowy