

Spoštovani starši in skrbniki!

V okviru predavanj Starši staršem vas v **ponedeljek, 12. 2. 2018, ob 17. uri** vabimo v telovadnico šole na razgibano predavanje s praktičnimi vajami za starše z naslovom

Čuječno starševstvo

V njem nam bo predavatelj dr. Mihael Černetič spregovoril o naslednjih temah:



- *Kaj je čuječno starševstvo?*
- *Zakaj je pomembno za vsakega otroka in starša?*
- *Kako čuječno starševstvo izvajati v praksi?*
- *Kako vzpostavljati pristen, čuječen stik z otrokom in ga nadgrajevati?*
- *Kako ob tem ne pozabiti nase?*
- *Katere sestavine vključuje čuječno starševstvo?*

Ob vprašanjih za samorefleksijo bomo povabljeni k razmišljanju o tem, kakšen je naš čuječni stik z otrokom/otroki.

Spoznali bomo nekaj praktičnih vaj za povečanje čuječne povezanosti, ki jih boste starši lahko uporabili v hitečem vsakdanjiku.

Predstavitev predavatelja

Doc. dr. Mihael Černetič je univerzitetni diplomirani psiholog, doktor psiholoških znanosti, integrativni psihoterapevt in docent za področje psihoterapevtske znanosti.



Na področju čuječnosti velja za enega vodilnih strokovnjakov v Sloveniji, uveljavljen pa je tudi v tujini. Iz pristopov pomoči, ki temeljijo na čuječnosti, se je med drugim izobraževal v okviru Bangor University (Velika Britanija). Na temo čuječnosti je tudi doktoriral. Že več kot desetletje razvija in izvaja številne čuječnostne programe. Njegovih delavnic, predavanj in seminarjev s področja čuječnosti se je doslej udeležilo že več tisoč ljudi.

Kot psihoterapevt že deset let v okviru lastne prakse v Mariboru izvaja psihoterapijo in psihološka svetovanja za posameznike, pare in družine.

Je poročen in oče štirih otrok, od katerih sta dva učenca OŠ Angela Besednjaka.

Prisrčno vabljeni!

Barbara Novak,
ravnateljica