Współczesny rodzic na emigracji.
Jak zbudować sprawczość i czerpać moc z tego, kim jesteś i co cię otacza?

Program warsztatów:

Moduł I, 7.11.2026r., godz. 18:00 – 20:00 czasu polskiego [CET]
Dziecko między dwoma światami. Jak wspierać rozwój i tożsamość dziecka w wielojęzycznym i wielokulturowym domu?

- Jak budować poczucie wartości u dziecka w środowisku, które nawet dla dorosłego jest wyzwaniem?
- Jak zdjąć z siebie presję „idealnego" rodzica i uczyć dziecko osiągania celów, zamiast spełniania oczekiwań.
- Jak godzić różne tradycje, style wychowawcze i języki w rodzinie, tworząc spójny i bezpieczny dom?
- Jak wspierać dziecko dorastające na styku wielu kultur, aby miało pewność siebie i stabilne poczucie tego kim jest?

Moduł II, 14.11.2026r. godz. 18:00 – 20:00 czasu polskiego [CET]
Gdy rodzicom brakuje czasu, a cyfrowy świat kusi dziecko. Jak budować priorytety, żeby wspierały całą rodzinę?

- Jak zaspokajać potrzeby dziecka, rodziców i codziennego życia gdy czujemy, że są sprzeczne i musimy z czegoś zrezygnować?
- Jak zamienić brak czasu na naturalny rodzinny flow i rozwój dziecka?
- Jak odejść od nieskutecznych zakazów i walki ze smartfonem w świecie technologii i social mediów?

Moduł III, 21.11.2026r. godz. 18:00 – 20:00 czasu polskiego [CET]
Osamotniony rodzic za granicą. Jak odnaleźć oparcie, gdy nie ma „wioski"?

- Jak budować wsparcie i zasoby na tym, kim jesteś i gdzie aktualnie żyjesz?
- Jak zamienić poczucie winy i braku w poczucie sensu i sprawczości?
- Jak czerpać z zasobów współczesnego świata i tworzyć własne zaplecze, które stabilnie wspiera Ciebie i Twoją rodzinę?

Każdy z modułów będzie miał następującą strukturę:

1. Wprowadzenie merytoryczne do zagadnienia – część wykładowa (prezentacja).
2. Q&A do części merytorycznej.
3. Przerwa
4. Praktyczne narzędzia i sposoby radzenia sobie z danym wyzwaniem, barierą.
5. Q&A do części praktycznej, case study.

Zasady organizacyjne poziom podstawowy:

1. Każdy moduł będzie omawiany na oddzielnym spotkaniu zoom, łącznie w ramach warsztatu zaplanowano trzy spotkania zoom, każde ze spotkań trwa około 2 godziny.
2. Każde spotkanie będzie nagrywane zgodnie z regulaminem i polityką prywatności.
3. W trakcie spotkań prowadząca będzie proponowała i przedstawiała możliwości skorzystania ze wsparcia indywidualnego w ramach projektu ***„Barka Canada - kompleksowy system wsparcia Polaków w kryzysie w Kanadzie 2026”/ „Comprehensive Support System for Poles in Crisis in Canada”***.

Zasady organizacyjne poziom rozszerzony:

1. Poziom rozszerzony będzie realizowany na grupie WhatsApp pod nazwą „Współczesny rodzic na emigracji” w okresie od 01.11.2026r. do 30.11.2026r.
2. Do każdego modułu uczestnicy otrzymają podręcznik w formie pdf do wydrukowania, w którym szerzej i głębiej będą przedstawione zarówno informacje merytoryczne jak i praktyczne wskazówki i ćwiczenia.
3. Nagrania spotkań zoom będą sukcesywnie udostępniane uczestnikom poziomu rozszerzonego w trakcie trwania całego warsztatu, dostępność wszystkich nagrań do 30 listopada 2026r.
4. Grupa będzie także stanowiła bezpieczną przestrzeń do:
- zbudowania społeczności i nawiązania wzajemnych kontaktów,
- dzielenia się doświadczeniami i refleksjami,
- zadawania pytań.

Warsztat realizowany w ramach projektu
„Barka Canada – współpraca z Konsulatami RP w Kanadzie na rzecz Polaków w kryzysie 2026”.
Projekt finansowany ze środków Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP w ramach konkursu
„Wsparcie organizacji działających na rzecz Polaków w kryzysie na świecie 2026″.