

GENERACIJSKA RADIONICA

OPEN YOUR

s dr. Aleksandrom **MIND** oljević Drakulić



Svaka obitelj razvija svoje ograničene oblike interakcija i svoju dinamiku. Emocionalni su odnosi između roditelja i odrasle djece kompleksni. U nekim obiteljima postoje sklad i razumijevanje, a u nekima prevladava disfunkcionalnost, svađe i konflikti, međusobne optužbe i osjećaj gorčine. Kad na taj način zakaže odnos između roditelja i odrasle djece, kada se čini da je svaka pozitivna promjena nemoguća zbog krutosti starih obiteljskih pravila, sprečava ih u skladnom razvoju i među njima izaziva poremećaj i krizu. Međutim, iz svake obiteljske svađe javlja se želja za popravljajem stvari.

Tada je nužno pokušati izgraditi most u dijadi roditelj – odraslo dijete, postići međusobno empatijsko razumijevanje i ojačati kapacitet za prihvaćanjem drugoga što i jest svrha ove generacijske radionice.

Tko se može prijaviti?

Za prisustvovanje na generacijskoj radionici i roditelj i odraslo (punoljetno) dijete prethodno se međusobno trebaju dogovoriti s kime bi željeli doći, budući da na radionicu odraslo dijete dolazi samo s jednim roditeljem kojeg je odabralo (s majkom ili s ocem), odnosno roditelj dolazi samo s jednim (odabranim) odraslim djetetom.

Odluka o dolasku na radionicu treba biti donesena slobodno i bez pritiska, i to s obje strane. Dolazak na generacijsku radionicu podrazumijeva i dobru motiviranost roditelja i djece kao i spremnost prepoznavanja potreba onog drugog.

U prijavi elektroničkom poštom potrebno je navesti osnovne podatke (puno ime i prezime obaju članova koji se prijavljuju, godine rođenja, mjesta stanovanja, zanimanja, oba broja telefona i/ili obje elektroničke pošte za kontakt) te po mogućnosti u nekoliko rečenica obrazložiti motivaciju za dolazak.

Voditeljica generacijske radionice OPEN YOUR MIND...:
dr. Aleksandra Mindoljević Drakulić, psihologinja i psihoterapeutkinja

Informacije, pitanja i prijave: elektroničkom poštom na amindolj@ffzg.hr

Kako izgleda generacijska radionica?

Ova praktična radionica paru roditelj – odraslo dijete nudi novi model obiteljskog funkcioniranja. Jedna radionica traje oko 90 minuta te se može održati samo jedanput ili pak više puta, što ovisi o zajedničkom dogovoru voditeljice radionice i para koji u njoj sudjeluje. Ako se radionica s prijavljenim generacijskim parom održi više puta, najčešće se organizira u vremenskim razmacima od dva do četiri tjedna.

Riječ je o iskustvenome modelu komuniciranja sastavljenom od niza poticajnih vježbi izravnog dijaloziranja koje osjećajno zaokuplja generacijski par, budeći važna i obiteljska i pojedinačna pitanja. U tom se dijalogiziranju otkriva da se roditelji i djeca mogu i ne slagati u mišljenju, da idealnog odnosa roditelj – odraslo dijete (osim u fantaziji) nema te da usvajanjem novih vještina na radionici mogu uspješnije nego dosad dijeliti zajednički emocionalni prostor i u tome - „preživjeti“.

Zašto bi bilo dobro prijaviti se na generacijsku radionicu?

Generacijski će par odraslo dijete - roditelj tijekom ove intenzivne radionice, bez obzira na svoje istaknute naraštajne razlike, naučiti kako otvorenije međusobno razgovarati, bez kritiziranja, optuživanja i predbacivanja, steći nove, fleksibilnije komunikacijske vještine, kako stvarno slušati jedno drugoga, razumjeti zbog čega ulaze u međusobne sukobe, kako ih mogu iskoristiti za jačanje vlastite autonomije i osobni rast te uvidjeti koji je potencijal njihovog emocionalnog odnosa.