

DZIEJE SIĘ NA MAZOWSZU

15/09/2023 14:48 | Zamieścił: Urszula Sabak, Autor: Instytut

JP2

Geniusz Kobiety. Warsztaty dla kobiet z Janem Pawłem II



Autor:

arch. IJP2

Nazwa Geniusz Kobiety. Warsztaty dla kobiet z Janem Pawłem II

Opis zajęcia edukacyjne

Zapraszamy wszystkie kobiety na jednodniowe warsztaty, których mottem są słowa papieża Jana Pawła II z Listu do kobiet (1995).

Podczas warsztatów chcemy poszukiwać sensu życia w sobie oraz miejsca we współczesnym świecie – swojego powołania.

Często przytłoczone różnorodnymi obowiązkami nie potrafimy się odnaleźć i zdecydować, która z pełnionych przez nas ról jest pierwsza i najważniejsza: żony, matki, córki, siostry, kobiety spełniającej się zawodowo lub społecznie, a może oddanej Bogu i Jego sprawom?

Wśród tych wszystkich obowiązków i oczekiwań otoczenia zapominamy o swoim geniuszu i niepowtarzalności. Podczas warsztatów postaramy się je w sobie odnaleźć!

Dla kogo?

Jeśli więc szukasz przestrzeni do poszukiwania, rozwijania i wzmacniania tego, co papież nazywał geniuszem kobiety – by w końcu też ten geniusz w sobie pokochać – to te warsztaty są dla Ciebie!

Kto?

Do prowadzenia warsztatów zaprosiliśmy kobiety, które na co dzień pomagają innym kobietom w odkrywaniu tego geniuszu. Te kobiety – psychoterapeutki, psycholożki, trenerki i mentorki, ale także matki, żony, córki, siostry, poświęcone Bogu – wspaniale wykorzystują swój geniusz. Na czas warsztatów z papieżem Janem Pawłem II będą przewodniczkami na drodze odkrywania potencjału drzemiącego w kobiecości.

Jak?

Warsztaty są bezpłatne. Liczba miejsc ograniczona. Rejestracja obowiązkowa. [Szczegóły i formularz zgłoszeniowy](#) Wypełniony formularz należy przesać na e-mail: instytut@ipjp2.pl.

W formularzu należy podać wybrany warsztat

Warsztat 1. Kobieta i jej role, czyli kochaj siebie, by mądrze kochać innych

Bycie żoną, matką, córką, siostrą, koleżanką, przyjaciółką, pracowniczką czy bizneswoman to tylko role, w jakich występujemy jako kobiety. W każdej z nich obdarzamy człowieka miłością, która ma różne wymiary. Aby móc mądrze kochać innych trzeba zdrowo kochać siebie. Z tym nierzadko mamy kłopot. Wzorce, jakie przejęłyśmy, nie zawsze są właściwe. Wtedy zamiast miłości oferujemy produkt miłościopodobny. Miłość jest darem. Aby móc dawać ją dalej, najpierw trzeba ją przyjąć.

Na warsztacie poszukamy odpowiedzi na pytania: Jakie są źródła miłości? Skąd wiem, czy kocham siebie; po czym to poznaję? Co robić, gdy nie umiem kochać siebie? Jak zdrowo kochać siebie i innych, i mieć z tego satysfakcję?

Prowadząca: Mira Jankowska – pomysłodawczyni i rektor Mistrzowskiej Akademii Miłości, człowiek mediów, dziennikarka, publicystka, działacz społeczny. Producentka, reżyserka i scenarzystka widowisk, koncertów i spotkań związanych z kulturą, edukacją oraz biznesem. Autorka warsztatów wspierających rozwój osobisty kobiet i mężczyzn oraz trenerka wystąpień publicznych, w tym medialnych. Mentorka, wykładowczyni i mówczyni motywacyjna. Inspiratorka i kreatorka twórczych działań zespołowych i społecznych. Autorka videobloga MiraVlog (www.MiraJankowska.pl).

Warsztat 2. Od głębi samotności do trwałej relacji

Na warsztacie przejdziemy drogę prowadzącą od doświadczenia egzystencjalnej samotności do decyzji o wejściu w dojrzałą relację. Podejmiemy trud świadomego zatrzymania się na fundamentalnej tęsknocie za Miłością (przez duże „M”), która może przygotować do bycia ze sobą, drugim, a także z Bogiem, w prawdzie i wolności. Ucieczki w pracę, sport, podróże, używki czy w związek, bo czas mija... prowadzą donikąd. Natomiast dostrzeżenie i doświadczenie własnej samotności otwiera ostatecznie drogę do postawienia na pierwszym miejscu trwałej relacji – do komunii osób.

Prowadząca: Danuta Ługowska – absolwentka Wydziału Filozofii Chrześcijańskiej UKSW; magister psychologii; doktor nauk humanistycznych w zakresie filozofii; terapeutka; specjalizuje się w prowadzeniu zajęć z zakresu psychoedukacji.

Warsztat 3. Kobięce serce – jak usłyszeć jego tęsknoty i odpowiedzieć na nie

Kobieta. Matka. Pracująca. Ogarniająca. A często nie. Tyyyyyle do zaopiekowania.

Jak w tym biegu, w nieustannym skupieniu na innych, na obowiązkach dostrzec siebie?

Jak zaopiekować się sobą samą? Jak zauważyć, co jest ważne, usłyszeć swój wewnętrzny głos, dotrzeć do wewnętrznej mądrości, którą każda z nas ma...?

W poszukiwaniu siebie – warsztaty będą wspierać drogę do odnajdywania ukojenia, gdy czasu za mało, gdy wszystko wali się na głowę, gdy wszyscy czegoś ode mnie chcą.

Empatia dla siebie to klucz do dawania szczęścia innym.

Prowadząca: Ewa Stradomska – matka, kobieta pracująca. Trenerka komunikacji empatycznej, mediatorka, pracuje w oparciu o Porozumienie bez Przemocy (NVC). Wspiera również terapeutycznie w nurcie System Wewnętrznej Rodziny (IFS).

UWAGA

Informacje opublikowane przed 1 stycznia 2021 r. dostępne są na stronie archiwum.mazovia.pl