

## RADIONICE ZA RODITELJE

Opština Kotor je kroz kroz ak Lokalni plan akcije za mlade na osnovu organizovala je radionicu za roditelje koja je održana u kancelariji za prevenciju bolesti zavisnosti i zaštitu prava manjina. Radionicu je vodila Olivera Marković, psihološkinja i predsjednica Udruženja kognitivno bihevioralne terapije u Crnoj Gori.

Tokom radionice obrađene su sljedeće teme:

- \*Savremeni izazovi roditeljstva;
- \*Mentalno zdravlje djece i roditelja;
- \*Kada i kako potražiti stručnu pomoć;
- \*Emocionalni razvoj djeteta;
- \*Odnos roditelj–dijete;
- \*Stilovi roditeljstva i postavljanje zdravih granica;
- \*Komunikacija i kvalitet porodičnih odnosa (od bijesa ka asertivnoj komunikaciji)

Radionica je protekla u atmosferi povjerenja i aktivnog učešća svih prisutnih, uz zaključak da su edukacija, podrška i kvalitetna komunikacija ključni za razvoj zdravih porodičnih odnosa i očuvanje mentalnog zdravlja djece i roditelja.