

Kit Pais Sozinhos

“O divórcio é mais uma variável na aventura de ser pai ou mãe. Numa situação dessas é comum sentirmo-nos um bocado perdidos. O modo como gerimos a nossa relação com os filhos é nova. Estamos sozinhos. Já não existe o outro. Já não temos com quem partilhar e discutir a melhor forma de “ser pai” ou “ser mãe”. Somos só nós mesmos. Nós e os nossos filhos.” (*in* “*Divórcio: quando é preciso decidir sozinho*”, *Family Coaching*)

Seja porque passou por uma história de divórcio, porque é pai ou mãe solteiro ou viúvo, ou mesmo se, por circunstâncias várias, o seu dia a dia de pai ou de mãe implica que assuma, este papel maioritariamente sozinho, o *Kit* “Pais Sozinhos” é para si!

Se:

- Sente que a responsabilidade de gerir o tempo que passa sozinho(a) com os seus filhos é angustiante
- Teme que esteja a dar um ambiente incompleto aos seus filhos porque está só
- Experimenta dificuldades em comunicar com as outras pessoas importantes na vida dos seus filhos (outro progenitor, avós, tios...)
- Sente dificuldade em garantir que a sua opinião e valores sejam respeitados pelo facto de ser mãe ou pai sozinho

O *kit* “Pais Sozinhos” irá permitir-lhe:

- Ganhar uma maior confiança no seu papel de pai ou de mãe
- Reconhecer todas as suas conquistas, competências e qualidades
- Valorizar o seu papel na vida dos seus filhos
- Descobrir estratégias práticas, eficazes e adaptadas à sua realidade para gerir as situações mais desafiantes da vida de um pai ou mãe sozinho

Queremos que esta seja uma experiência adequada às suas necessidades e condicionantes. Assim, propomos duas alternativas:

Kit “Pais Sozinhos” por email:

Leia, reflecta, partilhe e descubra no conforto da sua casa, ao ritmo que preferir, à hora que for mais conveniente para si – 6 emails plenos de exercícios, pistas para reflexão e adaptados às questões que mais o preocupam. 70€

Kit “Pais Sozinhos” presencial:

Com uma abordagem focada na sua realidade familiar, no que considera mais importante, nas questões que mais o preocupam – 6 horas (distribuídas por 4 sessões) totalmente dedicadas a si e ao seu desejo de se tornar um pai ou uma mãe melhor! Preço: 250€

Basta enviar-nos um [email](#) a comunicar a sua opção e receberá instruções sobre a continuidade do processo.