

# Blżej - pełna łączność

## Plan na bycie tatą

dr inż. Rafał Czekalski

Główny specjalista ds. analiz energetycznych

Dział Diagnostyki Eksploatacyjnej



### ? W jakich warsztatach organizowanych przez fundację uczestniczyłeś i co Ci dały?

Pierwsze warsztaty Tato.Net, w których brałem udział, to były warsztaty „Blżej – pełna łączność”, dziesięć lat temu. Byłem wtedy ojcem kilkutygodniowego dziecka, a więc moja ojcostwa kariera dopiero się zaczynała. Warsztaty te były odpowiedzią na nurtujące mnie wtedy pytanie: Co teraz? Ukończyłem szkoły, studia, pracowałem zawodowo i czymś naturalnym dla mnie było, że teraz przyszedł czas na „naukę” ojcostwa.

Warsztaty te uświadomiły mi, że kompetencje ojcostwa można stale rozwijać i wzmacniać, bez względu na staż ojcostwa czy wiek dzieci. Dzieci rosną i pojawiają się nowe potrzeby, wyzwania, okoliczności i zadania, którym trzeba sprostać. Znalazłem środowisko, które poprzez warsztaty i inne inicjatywy pomaga mi w karierze bycia ojcem.

Kolejne zajęcia, w których brałem udział, to „7 sekretów efektywnego ojcostwa”. Ich celem jest odbudowywanie i wzmacnianie prawidłowych relacji w rodzinach oraz rozwijanie umiejętności rodzicielskich. Na warsztatach tych omawia się i pracuje nad siedmioma obszarami praktyki rodzicielskiej, które sprawiają, że możemy stać się lepszymi ojcami dla naszych dzieci.

Warsztaty są miejscem, gdzie można poznać innych ojców. Są one kierowane do wszystkich ojców, bez względu na liczbę i wiek dzieci. Dla mnie są źródłem wiedzy, wymiany doświadczeń i inspiracji.

### ? O jakich innych inicjatywach Tato. Net mógłbyś opowiedzieć?

Poza warsztatami dwa razy do roku Tato.Net organizuje Międzynarodowe Forum. Jest to całodniowa konferencja, na którą zjeżdża się kilkuset ojców. Na Forum zapraszani są ciekawi prelegenci, nie tylko z Polski. Do tej pory miałem okazję spotkać tam m.in. Krzysztofa Hołowczyca, Ireneusza Krosnego (i posłuchać jak mówi!), Dariusza Kowalskiego oraz wielu innych ojców, na co dzień znanych ze świata kultury, mediów i nauki. Mam już za sobą pięć takich forów i każde z nich to niesamowita dawka inspiracji, motywacji i zachęty do pracy nad własnym ojcostwem.

Kolejną inicjatywą Tato.Net to Ojcostwa Kluby (O.K. Tato.Net). Obecnie w Polsce działa ich blisko 50 i stale pojawiają się nowe. W klubie spotykamy się raz na miesiąc na dwie godziny, gdzie na bieżąco wymieniamy się doświadczeniem, pomysłami i inspiracjami. Każde spotkanie ma też swój temat i program do przepracowania, przygotowany przez Tato.Net.

Tato.Net organizuje także warsztaty przygodowe Wielka Przygoda. To wspólny kilkudniowy wyjazd ojców z dziećmi w góry czy na kajaki (w formule: jeden ojciec + jedno dziecko). Ale to doświadczenie dopiero przede mną. W tym roku pierwszy raz zapisałem się z córką na spływ Bugiem na początku lipca.

### ? Na czym polegają warsztaty „Blżej”? Co jest główną ideą?

„Blżej” to warsztaty dla mężczyzn, którzy chcą wzmacniać swoje ojcostwa umiejętności i stawać się bohaterami dla swoich dzieci. Celem warsztatu jest przekazanie metod pogłębienia relacji ojciec – dziecko. Zajęcia opierają się na czterech filarach efektywnego ojcostwa, do których zalicza się: zaangażowanie, stałość, znajomość dziecka i opiekuńczość.

### ? Jaka atmosfera panuje na warsztatach? Na co powinni nastawić się uczestnicy?

Warsztaty prowadzi licencjonowany trener Tato.Net. Nie są one wykładem naukowym, terapią czy spotkaniem dyskusyjnym. To przestrzeń do działania, wymiany doświadczeń z innymi ojcami, uzyskania praktycznej wiedzy i nabycia konkretnych umiejętności. Unikalna formuła tzw. małych kroków pozwala na stworzenie indywidualnego TatoPlanu, czyli opracowania strategii na swoje ojcostwo. Podczas warsztatów jest mnóstwo inspiracji. Jednym z narzędzi jest tzw. profil ojcostwa opracowany na podstawie wieloletnich badań i pracy z ojcami na całym świecie. Podczas szkolenia panuje bardzo przyjazna atmosfera. Dla mnie był to wyjątkowy czas spotkania z innymi mężczyznami, którzy zainwestowali w swoje ojcostwo. W trakcie warsztatów jest też oczywiście czas na przerwy kawowe, rozmowy w kulisach i ciepły posiłek.

### ? Czy w warsztatach mogą uczestniczyć również przyszli tatusiowie?

Jak najbardziej. Ci, którzy oczekują narodzin pierwszego dziecka też już przecież są ojcami, i dla nich także są te warsztaty.

## „Blżej – pełna łączność”

Warsztaty organizowane są w ramach konkursu wolontariatu pracowniczego pn. „Potrzebna pomoc” polegającym na wsparciu finansowym w postaci grantów projektów lub inicjatyw lokalnych, podejmowanych przez pracowników „Energopomiar” Sp. z o.o. we współpracy z podmiotami zewnętrznymi.

Lider projektu: Rafał Czekalski



**Warsztaty „Blżej – pełna łączność”** odbędą się  
w dniu 4 czerwca 2022 r. w godzinach 9.00–17.00  
w sali 206 w budynku A.  
Przewidziana liczba miejsc: 25.



### Co zmienią warsztaty w Twoim ojcostwie?

- > przekonasz się, jak wielki wpływ mają ojcowie na swoje dzieci;
- > lepiej poznasz, co jest mocną, a co słabą stroną Twojego ojcowania;
- > nauczysz się wdrażać w życie 4 podstawy dobrego ojcostwa: zaangażowanie, stałość, znajomość, opiekuńczość;
- > zobaczysz, które potrzeby swego dziecka zaspokajasz w sposób wystarczający, a nad zaspokojeniem których musisz jeszcze popracować;
- > uzyskasz od innych ojców informację zwrotną i odkryjesz tajemnicę dobrego kontaktu z dzieckiem;
- > poznasz praktyczne metody budowy ojcowskiego planu działania;
- > dowiesz się, jakie są praktyczne metody radzenia sobie ze stresem oraz poznasz sposoby na godzenie życia rodzinnego z pracą zawodową.

”

Wzmacnianie umiejętności ojcowskich ma szczególne znaczenie dla inżynierów i specjalistów, którzy pracują w trybie delegacyjnym, dla osób, którym często brakuje wiedzy, jak budować więź z dzieckiem – na każdym etapie ojcostwa, ale też dla każdego, świadomego (lub chcącego nabyć taką świadomość) ojca. Organizatorzy warsztatów wychodzą z założenia, że ojcostwa można się nauczyć i nigdy nie jest za późno, aby być lepszym ojcem.

### Wzmocnij swoje ojcowskie kompetencje w gronie innych ojców

Zgodnie z założeniami wniosku konkursowego, warsztaty są skierowane do ojców pracujących w Energopomiarze, a także do ojców, których partnerki pracują w naszej firmie.



#### Jak zapisać się na warsztaty?

Zgłoś się do Rafała Czekalskiego (mailowo lub telefonicznie tel. 32 237 63 36, kom. 506 703 867), a następnie zapisz się poprzez stronę [www.tato.net/ep](http://www.tato.net/ep), wykorzystując kod promocyjny podany na plakacie, który upoważnia do bezpłatnego udziału.



**Dołącz**  
do Społeczności Tato.Net

Jeśli jesteś pracownikiem Energopomiaru, wykorzystaj kod promocyjny: **BLIZEJEP** i weź bezpłatny udział w renomowanym szkoleniu.

Liczba miejsc **ograniczona!**

- Aby stawać się bohaterem dla swojego dziecka
- Aby budować z nim silną relację
- Aby skuteczniej godzić życie rodzinne z pracą zawodową

Dostępne terminy, lokalizacja i zapisy: [www.tato.net/ep](http://www.tato.net/ep)

