

SZKOŁA DLA RODZICÓW

Szkoła dla Rodziców to program spotkań dla każdego, kto szuka sposobu na nawiązanie głębszych i cieplejszych relacji z dziećmi lub wychowankami. Daje możliwość refleksji nad własną postawą wychowawczą.

Głównym celem Szkoły jest wsparcie rodziców i wychowawców w podejmowaniu prawidłowych relacji z dziećmi. Warsztat pomaga w radzeniu sobie w codziennych kontaktach z dziećmi i młodzieżą. Uczy dialogu i kształtowania więzi opartych na wzajemnym szacunku. Wspiera rodzinę w jej prawidłowym funkcjonowaniu przez naprawę i ochronę więzi emocjonalnych, budowanie klimatu zaspokajającego potrzeby miłości, bezpieczeństwa i akceptacji.

Dorośli mają możliwość opanowania konkretnych metod wychowawczych. Uczą się jak nawiązywać efektywną współpracę z dzieckiem. Kształtują umiejętności modyfikowania niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań. Dowiadują się jak rozpoznawać, wyrażać i akceptować uczucia, a także jak radzić sobie z tzw. trudnymi uczuciami w duchu poszanowania godności osobistej człowieka. Warsztaty pomagają dorosłym w wyrażaniu oczekiwań i ograniczeń w taki sposób, by były one przez dziecko respektowane. Otrzymują wiedzę w jaki sposób pomagać dzieciom w rozwoju pozytywnego i realistycznego obrazu siebie, swoich możliwości i zdolności, a także wzrostu zaufania i szacunku do siebie jako wartościowego człowieka.

Cel zajęć:

Budowanie relacji dorosły - dziecko, a w tym:

- o wyrażanie oczekiwań i ograniczeń tak, aby były przez dziecko respektowane,
- o rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć,
- o aktywne, wspierające słuchanie,
- o motywowanie dziecka do współdziałania,
- o modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka,
- o uwalnianie dzieci od grania narzuconych ról w domu i szkole,
- o wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka,
- o budowanie realnego poczucia własnej wartości dziecka,
- o konstruktywne rozwiązywanie konfliktów.

Uczestnicy: rodzice, zajęcia prowadzone są metodą warsztatową w grupie ok. 10-12 osób.

Miejsce: SPPP „Krakowski Ośrodek Terapii” ul. Helclów 23a w Krakowie

Prowadzący:

Jagoda Płatek – psycholog, terapeuta

Magdalena Wolańska – socjolog, trener

Termin:

I edycja listopad 2018 – luty 2019; zajęcia rozpoczynają się 15 listopada i odbywają się co drugi czwartek w godzinach 9-12; cykl obejmuje 6 spotkań

II edycja marzec 2018 - maj 2018r.

Tematy i cele poszczególnych spotkań:

1. Spotkanie organizacyjno-integrujące

Przedstawienie programu warsztatów, ustalenie zasad współpracy, omówienie celów zajęć oraz oczekiwań uczestników.

Spotkanie będzie służyło również zapoznaniu się uczestników, zbudowaniu atmosfery bezpieczeństwa, szacunki i wzajemnego zaufania.

2. Uczucia i komunikowanie potrzeb

Omówienie rozwoju emocjonalnego dziecka. Co jest dla niego najważniejsze na danym etapie rozwojowym?

Nazywanie i akceptowanie uczuć dzieci, także tych, uważanych potocznie za „złe” lub „trudne”.

Znaczenie uczuć i pragnień rodzica w sytuacji wychowawczej. Jak rozpoznać i nazwać własne emocje i potrzeby w kontakcie z dzieckiem?

3. „Kary, pochwały, granice”

Granice - wyznaczanie granic, chronienie granic, przekraczanie granic.

Czy i jak karać i nagradzać? Jak działają kary? Sposoby postępowania zamiast karania, czyli alternatywy dla kary. Jak nauczyć dziecko dostrzegania konsekwencji własnych zachowań?

Jak doceniać dziecięce osiągnięcia? Czyli rzecz o pochwałach. Pomocna pochwała i zachęta – sposoby na dobre chwalenie dziecka.

4. „Agresja dzieci”

Twoje dziecko tak się zachowuje? Czyli skąd biorą się zachowania agresywne u dzieci (przyczyny i mechanizmy).

Jak mogę pomóc dziecku radzi sobie ze złością? Czyli rzecz o konstruktywnym wyrażaniu „trudnych” emocji.

Kiedy moje dziecko jest ofiarą/sprawcą przemocy szkolnej. Czyli co mogę zrobić jako rodzic w systemie edukacji – prawa i obowiązki, skuteczne sposoby radzenia.

5. „Samodzielność, skuteczność”

Jak wychować chętne do działania i pracy dziecko? Czyli rzecz o budowaniu poczucia skuteczności. Jak sprawić, żeby dziecko stało się samodzielne?

Zależność vs. odpowiedzialność. Jak poszerzać dziecku strefę indywidualnej decyzyjności?

Porażka kluczem do sukcesu. Jak pomóc dziecku radzić sobie z niepowodzeniami?

6. „Moje zasoby jako rodzica- podsumowanie spotkań”

Jakim jestem rodzicem? Jakie mam mocne strony i zasoby? Jak widzą mnie inni uczestnicy szkolenia? Za co mnie doceniają? Wzmocnienie poczucia własnych kompetencji rodzicielskich.

Celem spotkania będzie także zebranie i podsumowanie wiedzy zdobytej podczas warsztatów.