

DOBRA EDUKACJA dla RODZICA

Współczesne rodzicielstwo jest nie lada wyzwaniem, a zabieganym rodzicom trudno nadążyć za pędzącymi zmianami. Czy Twoja relacja z dzieckiem sprawia Ci coraz więcej kłopotu? A może zastanawia Cię, gdzie podziało się Twoje kochane, grzeczne dziecko? Zależy Ci na spokoju w rodzinie? Masz problem ze stawianiem granic, nawiązaniem kontaktu i utrzymaniem dobrej relacji z dzieckiem? A może widzisz, jak twoje dziecko cierpi i nie wiesz, jak mu pomóc?

Fundacja „Prawobrzeże” przy współfinansowaniu Miasta Szczecin, powraca z atrakcyjnymi [Warsztatami dla rodziców pn. WSPIERAM bo ROZUMIEM”](#). Jest to nasza odpowiedź nie tylko na coraz trudniejsze wyzwania rodzicielstwa, ale także na współczesne zagrożenia dla bezpiecznego dzieciństwa i dorastania.

Zapraszamy więc wszystkich rodziców, którzy lubią się dowiadywać, rozwijać i wymieniać doświadczeniami. Spotkania w małych grupach i kameralnych warunkach Klubu „DAŁB” na osiedlu Słonecznym.

Proponujemy Państwu do wyboru trzy weekendowe warsztaty, każdy o innej tematyce. Możecie wziąć udział w jednym, dwóch lub wszystkich.

Moduł I - Chronię dziecko przed cyberprzemocą i przemocą rówieśniczą.

Moduł II – Bezpieczna baza – o rodzicielstwie bliskości.

Moduł III – Latarnik – być przewodnikiem i przyjacielem swojego dziecka.

Warsztaty poprowadzą osoby doświadczone w pracy z dziećmi, młodzieżą i rodzinami:

Malwina Wolska – psycholog społeczny, pedagog i streetworker, moderatorka programów wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej oraz doradca rodzin.

Adriana Żak – psycholog kliniczny, prowadzi prywatną praktykę doradztwa i psychoterapii.

Kontakt w sprawie zapisów: Poradnia CRR-P **607 983 093 w godz.9 -18**

Udział rodziców jest bezpłatny za sprawą dofinansowania ze środków Gminy Miasta Szczecin. Ze względu na ograniczoną ilość miejsc, prosimy o rzetelną obecność osób, które zadeklarują uczestnictwo na zajęciach

Poniżej przedstawiamy szczegółowe programy oraz terminy trzech modułów warsztatów.

MODUŁ I „CHRONIĘ DZIECKO przed cyberprzestrzenią i przemocą rówieśniczą”

TERMIN: **5 – 6 listopada 2022 r. w_g. 9.00 - 15.30**

MIEJSCE: Klub „DĄB” ul. Rydla 93 (I piętro sala edukacyjna przy schodach)

Często słyszy się stwierdzenia: „kiedyś, to z dziećmi nie było takich problemów”, „do głowy by mi nie przyszło, żeby robić takie rzeczy, „dlaczego dzieci mają depresję”... Surowo oceniamy nie biorąc pod uwagę, w jak trudnych czasach przyszło dzieciom dorastać. Ich życie i aktywność przeniosły się do sieci, w której znajduje się mnóstwo nieodpowiednich treści i zagrożeń. Sytuację tę drastycznie pogłębiła pandemiczna izolacja. Dzieci i młodzież bombardowane przez Internet natłokiem informacji i bodźców, nie są w stanie same sobie poradzić. W konsekwencji borykają się z problemami, takimi jak przemoc rówieśnicza, cyberprzemoc, autoagresja, depresja czy uzależnienia.

CEL i ZAMIERZONE EFEKTY

- znajomość przejawów i skutków najważniejszych współczesnych zagrożeń dla dzieci i młodzieży,
- przygotowanie rodziców do szybkiego rozpoznawania i reagowania,
- trening technik rozmowy profilaktycznej i rozmowy wspierającej dziecko w trudnych sytuacjach.

TEMATYKA

1. Agresja a przemoc – czy to to samo?

Czym jest agresja, czy agresja jest zawsze „zła”?

Przyczyny agresji.

Rodzaje agresji.

2. Przemoc rówieśnicza

- Czym jest przemoc rówieśnicza?
- Rodzaje przemocy rówieśniczej.
- Jak rozpoznać, że nasze dziecko jest ofiarą lub sprawcą przemocy rówieśniczej?
- Jak reagować, gdy problem przemocy rówieśniczej dotyczy naszego dziecka?

3. Cyberprzemoc

- Czym jest cyberprzemoc?
- Przejawy cyberprzemocy.
- Jak rozmawiać z dzieckiem o bezpieczeństwie w sieci?
- Kontrola rodzicielska – po co i jak kontrolować aktywność dzieci w Internecie?

4. Autoagresja

- Czym są zachowania autoagresywne?
- Przyczyny autoagresji dzieci i młodzieży.
- Jak reagować, kiedy nasze dziecko się krzywdzi?

5. Uzależnienia dzieci i młodzieży

- Mechanizm uzależnienia
- Rodzaje substancji psychoaktywnych: alkohol, narkotyki, dopalacze, leki.
- Jak poznać, że nasze dziecko zażywa substancje psychoaktywne?
- CYBER-uzależnienia: kiedy nasze dziecko nadużywa komputera, konsoli, telefonu.
- Profilaktyka uzależnień – co robić, aby uchronić nasze dziecko od uzależnień i wspierać w rozwoju?

MODUŁ II „Bezpieczna BAZA – o rodzicielstwie bliskości”

dla rodziców młodszych dzieci (0-11 lat)

TERMIN: **19 – 20 listopada 2022 r. w g. 9-15.30**

MIEJSCE: **Klub „DĄB” ul. Rydla 93 (I piętro sala edukacyjna przy schodach)**

Jesteśmy orędownikami wychowania w bliskości i empatycznego podejścia do dziecka, ale też umiejętnego stawiania granic. Chcesz dowiedzieć się więcej? Na warsztatach, znajdziesz odpowiedzi na wiele swoich pytań. Wspólnie omówimy zagadnienia bardzo przydatne w wychowaniu dzieci młodszych, do 11 r.ż. W przyjaznej formie spróbujemy także treningu przydatnych umiejętności.

CEL i ZAMIERZONE EFEKTY

- znajomość najważniejszych etapów i zadań rozwojowych młodszych dzieci,
- umiejętność dobrej rozmowy z dzieckiem w każdych okolicznościach,
- rodzicielska refleksyjność jako sprzymierzeniec rozwoju całej rodziny,
- pogłębienie rodzicielskiej umiejętności świadomego wspierania rozwoju własnego dziecka.

TEMATYKA

1. Przebieg rozwoju dziecka w aspekcie biologicznym, psychologicznym i społecznym.
2. O zadaniach rozwojowych na poszczególnych etapach wzrastania dziecka
3. System rodzinny – czyli o tym, jak relacje w rodzinie wpływają na dziecko.
4. Trudne zachowania dzieci, jako sposoby wyrażania potrzeb i emocji.
5. Rodzicielskie uniformy – poznaj swój styl wychowawczy. O postawach wychowawczych.
6. Kiedy pozwolić, kiedy zabronić?- wyznaczanie granic kluczową kompetencją rodzicielską.
7. Dobra rozmowa – rozpoznajemy potrzeby, pozytywnie wzmocnimy, aktywnie słuchamy, poszukujemy rozwiązań, dochodzimy do kompromisów, budujemy porozumienie.
8. Góra uczuć - wspieranie rozwoju emocjonalnego dziecka.
9. Rodzicielstwo przez zabawę - zabawa wspierająca rozwój. Jak przez zabawę rozmawiać o trudnych sprawach z dzieckiem?
10. Samodzielność – swoboda wyboru, dzielenie się z dziećmi odpowiedzialnością.
11. Rodzeństwo – jak modelować prawidłowe relacje między dziećmi?
12. Czuję, że moje dziecko ma specjalne potrzeby - kiedy i do kogo zwrócić się po pomoc specjalistyczną?
13. Złość rodzica. Jak poradzić z własną złością w relacji z dzieckiem?

MODUŁ III „LATARNIK – być przewodnikiem i przyjacielem swojego dziecka”

dla rodziców nastolatków

TERMIN: 3 - 4 grudnia 2022 r. w_g. 9-15.30

MIEJSCE: Klub „DĄB” ul. Rydla 93 (I piętro sala edukacyjna przy schodach)

Każdy rodzic wie, że życie z nastolatkiem pod jednym dachem bywa trudne. Ta burza hormonów, buńczuczne zachowanie i manifestacje niezależności potrafią doprowadzić do szewskiej pasji. A może masz w domu smutnego milczka? Jak sobie z tym poradzić? Zastanowimy się nad tym wspólnie przy pokazanej garści ważnych informacji, dotyczących przyczyn trudnych zachowań nastolatków. W przyjaznej formie spróbujemy także treningu przydatnych w codziennym życiu umiejętności. Warsztaty przeznaczone są dla rodziców nastolatków, którzy poszukują sposobów na zbudowanie głębszej i bardziej satysfakcjonującej relacji ze swoim dorastającym dzieckiem oraz rzetelnej wiedzy dotyczącej tego okresu rozwojowego.

CEL i ZAMIERZONE EFEKTY

- zrozumienie tajników niepokoju i lęku nastolatka wobec zadań, jakie stawia przed nim dorastanie,
- umiejętność radzenia sobie z huśtawkami nastrojów nastolatka,
- trening przyjacielskiego przewodnictwa i liderstwa wobec własnego dziecka,
- umiejętność dobrej rozmowy z dorastającym dzieckiem w każdych okolicznościach,
- rodzicielska refleksyjność jako sprzymierzeniec rozwoju całej rodziny.

TEMATYKA

1. Przebieg rozwoju nastolatka w aspekcie biologicznym, psychologicznym i społecznym.
2. Wyzwania rozwojowe naszych dzieci w okresie dojrzewania i wczesnej dorosłości.
3. Kształtowanie tożsamości nastolatka - kryzys jako naturalny element rozwoju.
4. Trudne zachowania nastolatka, jako przejaw uzyskiwania samodzielności i niezależności.
5. System rodzinny – jak relacje w rodzinie wpływają na tożsamość nastolatka.
6. Rodzicielskie uniformy – poznaj swój styl wychowawczy. O źródłach i skutkach różnych stylów wychowania.
7. Kiedy pozwolić, kiedy przestrzec, a kiedy zabronić? Umiejętne stawianie granic i dzielenie odpowiedzialności z nastolatkiem.
8. Dobra rozmowa z nastolatkiem – rozpoznajemy potrzeby, pozytywnie wzmocnimy, aktywnie słuchamy, poszukujemy rozwiązań, dochodzimy do kompromisów, budujemy porozumienie.
9. Jak rozmawiać z dorastającym dzieckiem o trudnych sprawach?
10. Nastolatek i młodsze rodzeństwo – jak modelować prawidłowe relacje?
11. Niepokoi mnie zachowanie dziecka - kiedy i do kogo zwrócić się po pomoc specjalistyczną?
12. Złość czy bezsilność rodzica? Jak poradzić z własną złością i bezsilnością w relacji z dorastającym dzieckiem?