

## 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 „Dąb” na osiedlu Słonecznym.

Proponujemy Państwu weekendowe warsztaty pt.

**„ Latarnik – być przewodnikiem i przyjacielem swojego dziecka”.**  
– skierowany do rodziców nastolatków (11 – 18 lat).

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**, w razie trudności z połączeniem, proszę wysłać sms.

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 szczegółowy program warsztatu.**

## „LATARNIK – być przewodnikiem i przyjacielem swojego dziecka”

### dla rodziców nastolatków

TERMIN: **30 listopada – 01 grudnia** w\_g. 9.00 -15.30

MIEJSCE: MIEJSCE: Klub „DĄB” ul. Rydla 93 (I piętro)

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?