**Gmina Dobra**

**i Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrej**

**zapraszają do kolejnej edycji**

**bezpłatnej**

**Szkoły dla rodziców**

|  |
| --- |
| **PROGRAM WARSZTATÓW DLA RODZICÓW** |

Warsztaty mają na celu wsparcie uczestników w radzeniu sobie z wyzwaniami rodzicielskimi i wypracowanie niekrzywdzących metod wychowawczych.

**Uczestnicy warsztatów:**

- będą bardziej świadomi swoich uczuć, myśli, przekonań, potrzeb;

- będą lepiej rozpoznawać motywy swoich działań;

- zdobędą umiejętność rozpoznawania własnych emocji i ich kontroli, radzenia sobie z trudnymi emocjami;

- wypracują konstruktywne sposoby radzenia sobie ze stresem;

- poszerzą swoje umiejętności wychowawcze, które pomogą im wychowywać dzieci bez przemocy;

- poznają i będą mieli możliwość ćwiczenia nowych, bardziej sprzyjających dziecku wzorów zachowań.

.

**Warsztaty składają się z trzech bloków tematycznych:**

1. **„Nie” dla klapsa**

Próbując odpowiedzieć na tak postawione pytanie, Rodzice przyjrzą się motywom, które nimi kierują, gdy stosują określone metody wychowawcze. Będą mieli okazję wejść w rolę dziecka, tak aby poznać jego perspektywę.

1. **Uczucia**

Ten blok tematyczny da Rodzicom okazję do poznania skutecznych sposobów radzenia sobie z trudnymi emocjami i kontrolowania swojego zachowania w trudnych sytuacjach.

1. **Zamiast klapsa**

Czyli wspólne poszukiwanie skutecznych sposobów wychowawczych, które pomogą Rodzicom zachęcać dzieci do współpracy, budować silną więź z nimi i pozytywnie wspierać w rozwoju.

|  |
| --- |
| **ORGANIZACJA** |

Szkoła dla rodziców to cykl 5 warsztatów po 2 godziny dydaktyczne.

Warsztaty odbywać się będą w godzinach popołudniowych: **17.00-18:30.**

Terminy spotkań:  **6.03.2024r., 13.03.2024r., 20.03.2024r, 27.03.2024r , 3.04.2024r,**

Miejsce spotkań: **Publiczna Szkoła Podstawowa w Dobrej, ul. Poziomkowa 5, 72-003 Dobra**

**(Stołówka szkolna) w sali nr 12 (parter)**

**Dodatkowo dla rodziców - uczestników warsztatów jest możliwość indywidualnych bezpłatnych konsultacji w GOWR w Dołujach.**

|  |
| --- |
| **INFORMACJA O TRENERACH** |

**Kamila Dębińska:** psycholog i pedagog. Ukończyła studia doktoranckie w dziedzinie pedagogiki, odbyła roczne szkolenia: interwencja kryzysowa, terapia poznawczo-behawioralna, szkoła trenerów i doradców personalnych.

Od 2009 r. udziela pomocy psychologicznej osobom pokrzywdzonym przestępstwem, od 2010 r. prowadzi warsztaty dla rodziców „Bez klapsa? Jak z miłością i szacunkiem wyznaczać dziecku granice”, szkolenia dla profesjonalistów dot. profilaktyki krzywdzenia dzieci, udziela konsultacji wychowawczych. Przez kilka lat prowadziła zajęcia dla studentów pedagogiki na Uniwersytecie Szczecińskim. Jest autorką publikacji naukowych.

**Agnieszka Werbińska-Siergiej:** Z wykształcenia psycholog i pedagog. Wieloletnie doświadczenie w pracy z rodziną zdobywał w kraju i za granicą. Jest specjalistą z zakresu przeciwdziałania przemocy w rodzinie, doświadczenie zawodowe zdobywałam jako psycholog w Ośrodkach Wsparcia Rodziny.

Prowadzi konsultacje rodzicielskie w kontekście trudności wychowawczych, psychoedukacje oraz pomaga dzieciom i młodzieży w różnorodnych problemach psychicznych. Prywatnie szczęśliwa żona i matka, uwielbia czytać, sport i dalekie podróże.

|  |
| --- |
| **ZAPISY** |

**Zapisy - (91) 311 33 04, tel. kom. 509 572 519 (osoba do kontaktu: Joanna Huzarska)**

**lub w Ośrodku Pomocy Społecznej w Dobrej, ul. Graniczna 24a.**