



Gmina Dobra
i Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrej
zapraszają do kolejnej edycji

bezpłatnej

Szkoły dla rodziców

Ośrodek Pomocy Społecznej



w Dobrej

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.

2. Uczucia

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

3. 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 będzie w godzinach popołudniowych: **17.00-18.30.**

Terminy spotkań: **8.11.2023r., 15.11.2023r., 22.11.2023r., 29.11.2023r., 6.12.2023r.,**

Miejsce spotkań: **Publiczna Szkoła Podstawowa w Mierzynie, ul. Kolorowa 27, 72-006 Mierzyn (Stołówka szkolna)**

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.

ZAPISY

**Zapisy - tel. 509 572 519, (91) 311 33 04 (osoba do kontaktu: Joanna Huzarska)
lub w Ośrodku Pomocy Społecznej w Dobrej, ul. Graniczna 24a.**