

**Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały?  
Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły?  
Serdecznie zapraszamy na cykl spotkań dla każdego rodzica,  
który szuka sposobu na nawiązanie głębszych i cieplejszych relacji z dziećmi.**

W programie cykl bezpłatnych zajęć:

**1. Trening Umiejętności Wychowawczych**

**CELE:**

- usprawnienie komunikacji i współpracy z dzieckiem
- doskonalenie umiejętności asertywnego reagowania w trudnych sytuacjach wychowawczych
- rozwój umiejętności radzenia sobie z własnymi emocjami oraz wspierania emocjonalnego dziecka
- wzrost wiary we własną moc sprawczą rodziców i wychowawców
- kształtowanie konstruktywnej postawy rodzicielskiej w oparciu o naukę zachowań w codziennych sytuacjach
- wymiana obserwacji i doświadczeń rodzicielskich, przećwiczenie zachowań, reakcji, odpowiedzi w sytuacjach mogących stanowić trudność w codziennym życiu

**2. Grupa Wsparcia dla Rodziców**

**CELE:**

- Zwiększenie świadomości siebie oraz dokonanie wglądu i realnej oceny sytuacji i problemów rodziny w podstawowych obszarach funkcjonowania.
- Wzmacnianie poczucia wartości i prawa do godnego życia, odkrycie osobistego potencjału.
- Kształtowanie aktywnej postawy wobec doświadczanych problemów związanych z trudną sytuacją życiową.
- Wzmacnianie nadziei i mocy oraz poczucia wpływu na własne życie. Odbudowanie własnych granic i praw oraz zwiększenie umiejętności ich ochrony.
- Zwiększenie wiedzy z zakresu uzależnienia i współuzależnienia oraz ich emocjonalnych, społecznych i zdrowotnych skutków.

**3. Zajęcia psychoedukacyjne dla dzieci i rodziców**

Głównym założeniem zajęć jest wspieranie rodziców w praktycznym ćwiczeniu umiejętności wychowawczych oraz doświadczenie roli i korzyści płynących ze wspólnego przebywania. Rodzice pod okiem trenerów, będą uczyli się skutecznie reagować na różnorodne zachowania dzieci w sytuacjach zadaniowych. Ćwiczenia, gry i zabawy są przygotowane w taki sposób, aby dodatkowo wzmacniały i rozwijały umiejętności psychospołeczne, takie jak: komunikacja, współpraca, wyrażanie emocji, przezwyciężania trudności.

Więcej informacji pod numerem telefonu 89 621 20 43 lub  
w siedzibie Miejsko – Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pasymiu,  
ul. Rynek 10A, 12-130 Pasym

Osoba do kontaktu – Elżbieta Roczeń

Liczba miejsc ograniczona.  
Decyduje kolejność zgłoszeń.

Zajęcia rozpoczną się z chwilą zebrania pełnej grupy (luty)

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY!!!**