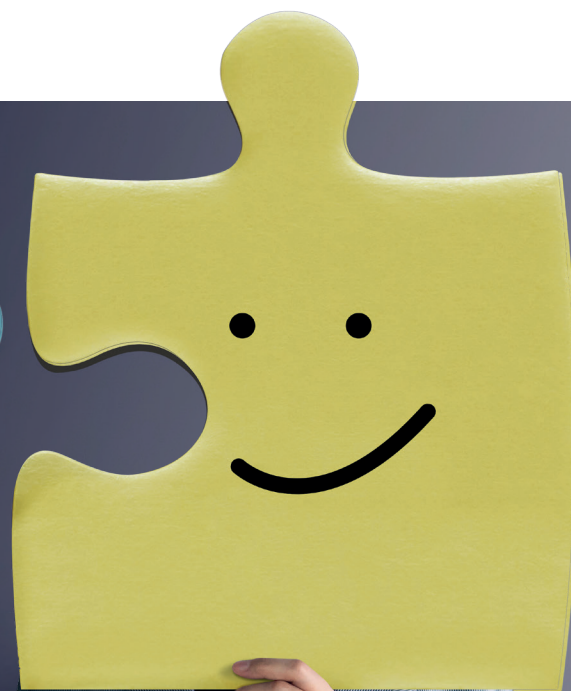
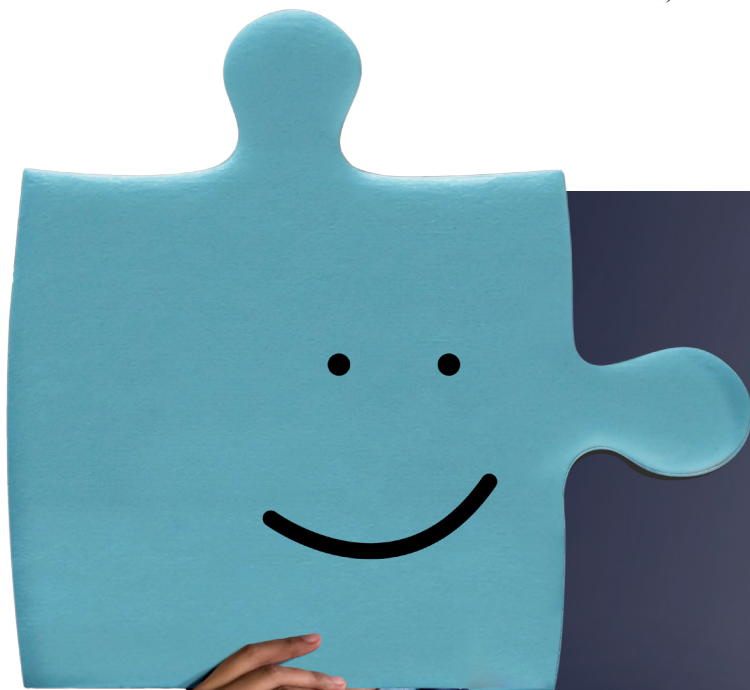


WARSZTATY DLA RODZICÓW I OPIEKUNÓW

AKADEMIA
ŚWIADOMEGO RODZICA



FUNDACJI ESPRIT



KIEDY NIEWIELE MOŻE ZMIENIĆ TAK WIELE
poukładaj i stwórz trwałe relacje ze swoim dzieckiem

Akademia Świadomego Rodzica Fundacji Esprit, zaprasza na cykl warsztatów dla Rodziców/Opiekunów (przyszłych lub obecnych) rozwijających umiejętności budowania relacji z dziećmi, czyli **jak wychowywać dzieci**, aby w przyszłości żyjąc na własny rachunek **były szczęśliwe**.

Warsztaty zaadresowane są dla tych Rodziców/Opiekunów, którzy chcą, aby ich dzieci:

- / **były świadome własnej wartości**,
- / miały **wewnętrzną motywację do podejmowania kolejnych prób** i starań,
- / potrafiły **panować nad swoimi emocjami** i rozumiały swoje uczucia,
- / chciały się rozwijać i **widziały swój cel w życiu**,
- / znały i **respektowały granice** oraz zasady obowiązujące w życiu społecznym (np. w przedszkolu, szkole, grupie),
- / chciały się dzielić z nami informacjami o sobie,
- / miały **swój stabilny system wartości**,
- / potrafiły **podejmować własne dobre decyzje**, a w odpowiednim momencie podjąć życie na własny rachunek.

Współczesny świat niesie nam, Rodzicom, wyzwania związane z dotarciem do naszych dzieci. Często nie rozumiemy naszych dorastających podopiecznych, którzy spędzają coraz więcej czasu w sieci (czy to „**w telefonie**”, czy to „**na grach**”), a nasze uwagi i próby dotarcia, nierzadko kończą się kłótniami i walką.

Nasze dzieci nie chcą dzielić się z nami informacjami o tym co u nich. Każdą naszą próbę dowiedzenia się, zamykają odpowiedzią: **nic się nie działo, nie pamiętam, nic nie było**.

Naszym **dzieciom nic się nie chce**. Toczmy walkę ze **zmotywowaniem ich do podjęcia wysiłku** tam, gdzie jest to dla nich ważne (nauka, rozwój).

Biegniemy za lepszym jutrem, bo chcemy dać naszym dzieciom, to co najlepsze, mówimy sobie - **nie mam czasu, nie mam siły**. Czujemy bezsilność i niemoc, poczucie tkwienia w błędnym kole.

Wychowując nasze dzieci **stosujemy narzędzia jakie pokazano nam**. One działały kiedy my byliśmy dziećmi. Dzisiaj świat zmienił się. **Technologia i media** znacząco **utrudniają nam tworzenie relacji** z naszymi dziećmi, a co za tym idzie możliwości ich zrozumienia i wsparcia.

**KIEDY NIEWIELE MOŻE ZMIENIĆ TAK WIELE
poukładaj i stwórz trwałe relacje ze swoim dzieckiem**

Proponujemy Wam, Rodzice, sprawdzone podejście, na miarę obecnych czasów. Będziecie mogli **stworzyć trwałą i silną więź z Waszymi dziećmi**, która **uchroni je** przed zachowaniami ryzykownymi jak np. **uleganie presji grupy, agresja**, przedwczesna inicjacja seksualna, **zażywanie środków uzależniających** i wiele innych.

Zakres tematyczny warsztatów:

/ **Zapoznanie z czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi dzieci** przed podejmowaniem zachowań ryzykownych, uświadomienie wpływu stylu wychowania na zachowanie dziecka.

/ **Kiedy zabronić? Kiedy pozwolić?** - rozwijanie świadomości i umiejętności wprowadzania i egzekwowania norm i granic.

/ **Jak radzić sobie z burzą uczuć dziecka?** Trudne emocje dziecka - umiejętności rozmawiania o uczuciach, przełamywanie barier komunikacyjnych.

/ **Jak zachęcać dzieci do sprzątanía, nauki, wykonywania swoich obowiązków?** - narzędzia i techniki zachęcania do współpracy.

/ **W jaki sposób modyfikować niepożądane zachowania dziecka? Jak działają kary?** - budowanie umiejętności stosowania konsekwencji.

/ **Jak rozwiązywać konflikty pomiędzy dziećmi i rodzicami?** - rozwijanie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania problemów.

/ **Jak chronić nasze dzieci przed zachowaniami ryzykownymi?** - budowanie uważności i świadomości znaczenia i skutków wyręczania dzieci, „bezsresowego wychowania”, nadmiernej kontroli, „surowego wychowania”.

/ **Jak pomóc dziecku wyjść z roli, pozbyć się przypisanej etykiety?** - Toksyczna funkcja przypisanej etykiety. Narzędzia wyjmowania dziecka z roli.

/ **Jak budować u dziecka** umiejętność samooceny, **poczucie własnej wartości** i wewnętrzną motywację? - rozwijanie świadomości roli i znaczenia pochwały, jej braku, wybrane metody pozytywnej zachęty.



KIEDY NIEWIELE MOŻE ZMIENIĆ TAK WIELE
poukładaj i stwórz trwałe relacje ze swoim dzieckiem

Rodzicu – zapisz się na warsztaty i weź w nich udział, pocuj, czym **różni się przeczytanie literatury na temat wychowywania od świadomości** i rzeczywistej zmiany zachowań i postaw.

Warsztaty prowadzone są zgodnie ze standardami i programem Szkoły Dla Rodziców i Wychowawców (www.szkoladlarodzicow.eu).



Tak bardzo chcemy, aby naszym dzieciom chciało się wysilić, popracować, aby byli wytrwali, zacznijmy od nas samych – **wysilmy się sami.**

Warsztaty poprowadzą:

Ewelina Wild, psycholog dzieci i młodzieży, pracuje w zawodzie wspierając dzieci i młodzież. Mama dwójki dzieci.

Anna Wójcik-Pruszyńska, coach umiejętności wychowawczych, pracuje wg programu Szkoły Rodziców i Wychowawców. Mama trójki dzieci.

Cykl obejmuje 10 warsztatów. Spotkania odbywają się raz w tygodniu.

Zapraszamy do współpracy.

Fundacja Esprit ul. Daszyńskiego 2, Ustroń

+48 606 486 333

www.esprit-akademia.pl

**KIEDY NIEWIELE MOŻE ZMIENIĆ TAK WIELE
poukładaj i stwórz trwałe relacje ze swoim dzieckiem**