

Strona znajduje się w archiwum.

Program wsparcia dla rodziców

Polska Fundacja Ochrony i Promocji Zdrowia zaprasza rodziców nastolatków do udziału w bezpłatnej grupie wsparcia

Celem grupy wsparcia jest rozpoznania trudności w komunikacji z nastolatkiem i nabycie umiejętności wzrostu kompetencji z zakresu komunikacji z dorastającym dzieckiem. Rodzice będą mogli poddać analizie mechanizmy charakteryzujące funkcjonowanie nastolatka z uwzględnieniem perspektywy dziecka. Tworzenie sieci społecznego wsparcia z osobami, które mają podobne doświadczenia, da możliwość dzielenia się swoimi obawami, doświadczeniami i emocjami. W ramach spotkań uczestnicy będą mogli podnieść kompetencje z zakresu efektywnych sposobów radzenia sobie z trudnymi emocjami i doskonalenie związanych z tym umiejętności, np. wzmacnianie poczucia pewności siebie czy komunikacji oraz uczenie się wyrażania emocji i reagowania na emocje innych. Uczestnicy będą mogli uzyskać wzajemnie wsparcie i przygotować się do poszukiwania wsparcia poza grupą.

W trakcie spotkań rodzice postarają się uzyskać odpowiedzi między innymi na następujące pytania:

1. Dlaczego reakcje Twojego nastolatka są dla Ciebie zaskakujące lub niezrozumiałe?
2. Czy to normalne, że czasem nie wiesz co zrobić, aby dojść do porozumienia z nastolatkiem?
3. Co stoi za słynnym buntem nastolatka lub jego brakiem?
4. Co warto wiedzieć o zmieniającym się mózgu nastolatka, który odpowiada za jego niespodziewane zachowania?
5. Jak wygląda świat współczesnego nastolatka i jak stać się w jego świecie drogowskazem?
6. Jak sobie radzić z uczuciami?
7. Karać czy nie karać?
8. Jak wspólnie znaleźć rozwiązanie?
9. Moje dziecko, seks i używki. Co robić?

Terminy:

maj: 10 i 24

czerwiec: 7 i 21

wrzesień : 23 i 27

październik: 11 i 25

listopad: 15 i 29

Spotkania w godz.

17:30-19:30

Miejsce:

Polska Fundacja Ochrony i Promocji Zdrowia ul. Krucza 6/14B lok.2 , 00-537 Warszawa

Zapisy:

Anna Maciejewska

Tel. 516 122 229

Prowadząca:

Anna Maciejewska - pedagożka, socjoterapeutka, trenerka

Na co dzień pracuje w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii, indywidualnie z młodymi dorosłymi wspierając ich w procesie usamodzielnienia oraz wspiera rozwój kompetencji wychowawczych rodziców.

Projekt jest współfinansowany ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego.

Data publikacji 10.05.2022
Data modyfikacji 10.05.2022

Osoba wytwarzająca/odpowiadająca za informację:
Anna Maciejewska

Osoba udostępniająca informację:
Renata Karwat