

DROGI RODZICU !

Jeśli chciałbyś:

- podzielić się swoim doświadczeniem
- nauczyć się lepiej komunikować z własnym dzieckiem
- poznać sposoby skutecznego nagradzania i karania
- wzmocnić siebie samego w roli rodzica

ZAPRASZAMY NA WARSZTATY SZKOŁA DOBREGO RODZICA

**Zajęcia będą odbywać się na terenie ZSO nr 14 w Gliwicach ul. Przedwiośnie 2
o godz. 15.30.**

Projekt "Szkoła Dobrego Rodzica"

Pragniemy zaprosić Państwa do udziału w Szkole Dobrego Rodzica – bezpłatnego cyklu 4 zajęć warsztatowych – która pozwoli Państwu na rozwinięcie i udoskonalenie umiejętności wychowawczo-komunikacyjnych w rodzinie. Zajęcia nie mają charakteru terapeutycznego tylko mają wspomagać kompetencje wychowawcze rodziców. Celem zajęć jest zdobycie praktycznych umiejętności komunikacji z dorastającym dzieckiem, rozwiązywania konfliktów i mądrego stawiania granic. Rodzice dowiedzą się także jak aktywnie wzmocnić dziecko w rozwoju.

Podczas warsztatów każdy z rodziców będzie mógł:

- przyrzeć się własnym stylom wychowawczym, dokonać wglądu w samego siebie, spojrzeć na problem z perspektywy dziecka,
- zdobyć praktyczne umiejętności skutecznego porozumiewania się z nastolatkami, asertywności i stawiania granic, zapoznać się ze skutecznymi sposobami przeciwdziałania zagrożeniom, a także wychowania dzieci do samodzielności i odpowiedzialności w świecie,
- nauczyć się komunikacji ze swoim dzieckiem i poruszania tematów uznanych powszechnie za „trudne” w atmosferze zaufania, akceptacji i spokoju,
- nauczyć się nawiązywania prawidłowego kontaktu z dzieckiem, rozpoznawać sygnały rozpoznawcze.

Tematyka zajęć

- Wychowanie do wolności i odpowiedzialności (wpływ grup rówieśniczych na sposób funkcjonowania dziecka, procesy grupowe zachodzące w grupach rówieśniczych)
 - **poniedziałek 23 września 2013 roku o godzinie: 15.30**
- Skuteczna komunikacja- jak efektywnie komunikować się w rodzinie
 - **poniedziałek 18 listopada 2013 roku o godzinie: 17.00**
- Kształtowania autorytetu- jak skutecznie, z miłością i szacunkiem wyznaczyć dziecku granice
 - **poniedziałek 17 lutego 2014 roku o godzinie: 17.00**
- Asertywność i umiejętne stawianie granic - jak rozwiązywać konflikty bez przegranych
 - **poniedziałek 5 maja 2014 roku o godzinie: 17.00**
 -

Prowadzenie

Magdalena Król – pedagog

Barbara Nahaczewska – nauczyciel

Osoby wspierające

ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA. Zapisy do 10.11.2013 r. u wychowawcy klasy lub pedagoga szkolnego.

Już dziś przekazujemy kilka wskazówek, które mogą być pomocne w kontaktach z Waszymi pociechami.

10 BŁĘDÓW W WYCHOWANIU NASTOLATKÓW

- Błąd nr 1: Ignorowanie tego, co oczywiste.
- Błąd nr 2: Prawienie kazań zamiast rozmowy.
- Błąd nr 3: Unikanie kary.
- Błąd nr 4: Stawianie nieosiągalnych celów.
- Błąd nr 5: Oczekiwanie jedynie pozytywnych wyników.
- Błąd nr 6: Założenie, że edukowanie nastolatka nie jest naszym zadaniem.
- Błąd nr 7: Założenie, że dobre stopnie gwarantują brak problemów.
- Błąd nr 8: Ignorowanie potrzeby spędzania czasu z rodziną.
- Błąd nr 9: Zbyt łatwe poddawanie się.
- Błąd nr 10: Wyrażanie oburzenia współczesnymi nastolatkami.

10 SKUTECZNYCH SPOSOBÓW RADZENIA SOBIE Z PYSKUJĄCYM MŁODYM CZŁOWIEKIEM.

1. Kiedy dziecko odmawia zrobienia czegoś, o co je poprosisz, nie reaguj impulsywnie.
2. Bądź pewny siebie, spokojny i stanowczy.
3. Wyjdź mu naprzeciw.
4. Daj mu się przekonać na własnych błędach.
5. Nie toleruj agresji.
6. Poproś o wytłumaczenie swoich racji.
7. Zastanów się, w jaki sposób rozmawiasz z własnym dzieckiem lub z otaczającymi cię osobami.
8. Postaraj się przełamać wzorzec interakcji, w których dziecko jest wiecznie dla ciebie niegrzeczne, a ty w odpowiedzi stajesz się nieuprzejmy i sfrustrowany.
9. Okazuj dziecku szacunek, jakiego sam od niego oczekujesz.
10. Zwróć się o pomoc do specjalisty.

10 ZASAD DOBREGO, SKUTECZNEGO WYCHOWANIA

Zasada 1: Ufaj swojej intuicji, ale też poznaj siebie.

Zasada 2: Nie rezygnuj z własnych potrzeb na rzecz dziecka.

Zasada 3: Znaj swoje dziecko. Słuchaj słów, wnioski wyciągaj z zachowania.

Zasada 4: Od samego początku dbaj o rozwój pozytywnych wartości.

Zasada 5: Podkreślaj znaczenie dobrych chęci, wysiłku i gotowości do emocjonalnego ryzyka.

Zasada 6: Bądź rodzicem, a nie przyjacielem.

Zasada 7: Wyznaczaj granice. „Nie” jest pełnym i skończonym zdaniem.

Zasada 8: Utrzymuj dyscyplinę, ale nie karz.

Zasada 9: Rozmawiaj, nie komunikuj.

Zasada 10: Zajmuj zdecydowane stanowisko w sprawach seksu i narkotyków.