



W RODZINIE SIŁA - zapraszamy na bezpłatne warsztaty dla rodziców i dzieci w wieku 10-14 lat

2024-09-24

W obecnych czasach widać ogromną potrzebę wsparcia zarówno rodziców, jak i dzieci w trudnym okresie przejścia z dzieciństwa do okresu dojrzewania. Zarówno rodzice, jak i dzieci stawiają sobie mnóstwo pytań, w których jest lęk i obawa „czy sobie poradzimy?”. Oczywiście stawiając sobie to pytanie każdy pyta o coś innego: dzieci pytają o to, czy poradzą sobie z oczekiwaniami dorosłego świata, a dorośli – czy poradzą sobie z przygotowaniem dziecka do dorosłości w świecie, który jest coraz bardziej wymagający.

Wspólna praca nad tymi obawami pomoże rodzinie poczuć wspólnotę, która jest siłą w radzeniu sobie z tym, co na zewnątrz. Wzmocni zaufanie, poprawi komunikację i zacieśni rodzinne więzi.

W trakcie warsztatów rodzice znajdą odpowiedź na rodzicielskie dylematy związane z okresem dorastania dzieci oraz pewniej poczują się w roli rodzica nastolatka. Moduł dla rodziców będzie miał na celu zdobycie lub pogłębienie wiedzy na temat m.in.:

1. specyfiki rozwoju emocjonalnego dzieci w okresie dojrzewania,
2. metod wychowawczych i sposobu radzenia sobie w sytuacjach trudnych/ nowych,
3. potrzeb nastolatków i możliwości ich zaspokojenia,
4. możliwości skutecznej komunikacji,
5. granic, które należą się i rodzicom i dzieciom,
6. zagrożeń, na jakie narażone są dzieci w tym okresie.

Nastolatki znajdą wsparcie w grupie rówieśników moderowanej przez doświadczonych terapeutów, w której popracują nad:

1. kształtowaniem umiejętności budowania relacji z innymi,
2. umiejętnością rozwiązywania konfliktów w grupie rówieśniczej,
3. sposobami radzenia sobie z trudnymi emocjami i stresem,
4. umiejętnością wyznaczania celów i planowania,
5. sposobami bezpiecznego funkcjonowania w świecie nowoczesnych mediów,
6. metodami dbania o siebie, w tym w szczególności o dobrostan psychiczny, samoocenę i samoakceptację.

Miejsce realizacji: os. Niepodległości 3 w Krakowie.

Terminy: PIĄTKI w godz.: 17:00-20:00 (8, 15, 22, 29 listopada; 6 i 13 grudnia).

Zapisy: ewa.baczynska@profamilia.pl.



**Magiczny
Kraków**

Projekt realizowany jest przez Stowarzyszenie Rodzin Adopcyjnych i Zastępczych Pro Familia dzięki wsparciu Krakowskich Kościołów Ewangelicznych.