

PODPORNÁ RODIČOVSKÁ SKUPINA

Čo mi program ponúka?

Skupinové stretnutia (cca 5-10 rodičov + 2 odborní pracovníci centra), zamerané na podporu a rozvoj rodičovských kompetencií.

Kedy?

Raz týždenne v stredu od 15:00 - 16:30.
Dátum stretnutia sa určuje po dohode a naplnení počtu účastníkov.

Kde?

Centrum pedagogicko – psychologického poradenstva a prevencie, Fedákova 3

Koľko to stojí?

Všetky služby Centra sú bezplatné. Účastníci však musia byť ochotní investovať do stretávania svoj čas a energiu.

Ako sa prihlásiť?

Pomocou internetového formulára na stránke
<https://psychologickeporadenstvo.sk/podporna-rodicovska-skupina/>

alebo mailom na
mikulic.prevenciaba4@gmail.com

Podporná rodičovská skupina je zameraná na reflexiu rodičovskej role, vlastného prežívania a podporu pri zvládaní rodičovských výziev. Hodnotovými východiskami sú humanizmus, rešpektujúca komunikácia, výchova bez porazených. Na lepšie porozumenie ako ľudia fungujú vo vzťahu k sebe, druhým a k svetu sa odkazuje na teóriu vzťahovej väzby autorov J. Bolwby a M. Einsworthová. Program je rozdelený na päť stretnutí so zameraním na témy rodičovstva a výchovy.

PRVÉ STRETNUTIE

Vzájomné predstavenie, formulovanie očakávaní, vytvorenie noriem skupiny. Pomoc pri stanovení si cieľov výchovy a zmapovanie súčasnej situácie ("Aký som rodič?").

DRUHÉ STRETNUTIE

Mäkké komunikačné zručnosti so zameraním na každodennú komunikáciu s dieťaťom. Efektívne spôsoby v súvislosti s cieľmi výchovy ("Akým spôsobom zadávame deťom požiadavky? Ako to robiť inak?").

TRETIE STRETNUTIE

Venuje sa emóciám. "Ako podporiť u dieťaťa rozpoznávanie a vyjadrovanie emócií. Ako reagovať na emócie dieťaťa. Ako pracovať s vlastnými emóciami. Čo je to empatia?"

ŠTVRTÉ STRETNUTIE

Zamerané na odmeny a tresty. "Ako a prečo ich využívame? K čomu nám pomáhajú a kde sú ich riziká?"

PIATE STRETNUTIE

Spätná väzba účastníkov. Priestor na otázky a témy, ktoré v predchádzajúcich stretnutiach nezazneli.

