

„Program Wzmacniania Rodziny 10-14”

Warsztat do rodzica z dzieckiem w wieku 10-14 lat

Podczas spotkań rodzic dowie się:

- jak stawiać granice swojemu dziecku,
- jak je wspierać ,
- jak lepiej rozumieć dziecko i jego potrzeby,
- jak budować z nim relację,
- jak zachęcać swoje dziecko do współpracy,
- jak uchronić je przed niebezpieczeństwem płynącym z zażywania substancji psychoaktywnych.

Podczas spotkań dziecko dowie się:

- jak stawiać granice,
- jak przestrzegać zasad,
- jak radzić sobie w sytuacjach trudnych,
- jak radzić sobie ze stresem i presją rówieśniczą.

Tematyka zajęć

Sesje dla rodziców:

- Miłość i granice.
- Ustalanie zasad domowych.
- Promowanie dobrego zachowania.
- Wyciąganie konsekwencji.
- Budowanie mostów.
- Ochrona przed używaniem substancji psychoaktywnych.

Sesje dla młodzieży:

- Cele i marzenia.
- Docenić rodziców.
- Radzenie sobie ze stresem.
- Przestrzeganie zasad.
- Radzenie sobie z presją rówieśniczą.
- Prosząc innych o pomoc.

Sesje rodzinne:

- Wspieranie celów i marzeń.
- Docenić członków rodziny.
- Narady rodzinne.
- Zrozumieć wartości rodzinne.
- Rozwijanie komunikacji wewnątrz rodziny.

Organizacja zajęć

Zajęcia warsztatowe realizowane w okresie 7 tygodni z częstotliwością spotkań jeden raz w tygodniu po 2 godziny zegarowe (17.00-19.00).

Podczas pierwszej godziny rodzice i młodzież trenują w oddzielnych salach. Sesja rodzinna odbywająca się podczas drugiej godziny spotkania.

Nieocenionym i najważniejszym elementem programu jest wspólna praca rodziców i dzieci poprzez gry i zabawy.

Realizator: MOPS Pruszków **Prowadzace:** Agnieszka Olejniczak oraz Magda Wójcik