

## TRENING UMIEJĘTNOŚCI WYCHOWAWCZYCH DLA RODZICÓW

**Trening Umiejętności Wychowawczych** to cykl spotkań warsztatowych adresowanych do Rodziców, którzy szukają **skutecznych** sposobów na budowanie silnej **więzi emocjonalnej** z dzieckiem oraz pragną doskonalić swoje **umiejętności wychowawcze**.

### Jeżeli

- Twoja relacja z dzieckiem bywa dla Ciebie źródłem stresu, bezsilności albo złości,
- masz poczucie, że często nie jesteś skutecznym i wystarczająco dobrym rodzicem,
- wykorzystasteś/wykorzystałaś wiele różnych pomysłów i nadal nie wiesz, jak poprawić swoje relacje z dzieckiem,
- albo po prostu chcesz świadomie wychowywać swoje dziecko i unikać błędów wychowawczych

**to ten trening jest szansą dla Ciebie, a przez to również jest szansą dla Twojego dziecka !!!**

### **Poprzez Trening Umiejętności Wychowawczych:**

- wzmocnisz swoje kompetencje w zakresie lepszego porozumiewania się z dzieckiem
- rozwiniesz swoje umiejętności budowania głębokiej więzi z dzieckiem w oparciu o wzajemny szacunek
- nauczysz się konkretnych i skutecznych „narzędzi” wychowawczych ułatwiających codzienne kontakty w rodzinie
- dowiesz się, jak zachęcać dziecko do współpracy
- wzmocnisz swoje umiejętności asertywnego stawiania granic oraz egzekwowania wymagań
- poznasz metodę rozwiązywania konfliktów w rodzinie „bez porażek”
- znajdziesz wiele inspiracji do poszukiwania nowych rozwiązań oraz wprowadzania drobnych zmian prowadzących do poprawy relacji z dzieckiem
- przekonasz się, jak można kochać dziecko i wymagać jednocześnie, a przez to uzyskiwać długofalowe efekty wychowawcze

## **Tematyka zajęć:**

- Granice w relacjach rodzinnych
- Rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć
- Aktywne, wspierające słuchanie
- Zachęcanie dziecka do współdziałania
- Modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka
- Uwalnianie dzieci od grania narzuconych ról w domu i szkole
- Wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka
- Budowanie realnego poczucia własnej wartości u dziecka
- Konstrukttywne rozwiązywanie konfliktów metodą „bez porażek“
- Zasady dotyczące bezpiecznego korzystania z mediów elektronicznych przez dzieci i młodzież

## **Trening Umiejętności Wychowawczych to cykl spotkań warsztatowych rozwijających kompetencje rodzicielskie (łącznie 37 godz.)**

**Zajęcia odbywają się stacjonarnie i mają charakter interaktywny. W sytuacji braku możliwości spotkań stacjonarnych, zajęcia będą prowadzone online. Liczba miejsc jest ograniczona.**

**Terminy zajęć: szczegółowe daty realizacji zostaną ustalone po zebraniu grupy.**

**Miejsce: Lublin, ul. Niecała 4/5a**

**Koszt całego treningu: 69 0 zł**

W ramach opłaty za szkolenie zapewniamy: materiały szkoleniowe, serwis kawowy, możliwość indywidualnej konsultacji z osobą prowadzącą, certyfikat ukończenia szkolenia.

### **Osoby prowadzące:**

**dr Monika Iwanek** – trener, realizator Szkoły dla Rodziców i Wychowawców cz. 1 i 2, żona i mama czwórki dzieci;

**dr Iwona Ulfik-Jaworska** – psycholog, psychoterapeuta, trener, realizator Szkoły dla Rodziców i Wychowawców, żona i mama czwórki dzieci;

**Zapisy oraz dodatkowe informacje:** Monika Iwanek, tel. 605-277-570