

PROGRAMY WSPOMAGAJĄCE WYCHOWAWCZĄ FUNKCJĘ RODZINY

1.	„Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby do nas mówiły” (część I) „Rodzeństwo bez rywalizacji” (część II) „Jak rozmawiać z nastolatkami” (część III)
2.	Terapia rodzin
3.	„Tata - to brzmi dumnie” - program grupy wsparcia dla samotnych ojców
4.	Grupa wsparcia dla rodziców dzieci ze spektrum autyzmu
5.	„Poznaj, zrozum, pomóż” - kroki skutecznego wsparcia dzieci i młodzieży
6.	„Pozytywna dyscyplina” dla rodziców dzieci w wieku przedszkolnym
7.	Praca z dzieckiem z nieprawidłowym rozwojem mowy
8.	Warsztaty rozwijające umiejętności wychowawcze dla rodziców dzieci w wieku adolescencji „Bądźmy w kontakcie”
9.	Mediacje dla rodziców w systemie pomocy rodzinie w kryzysie
10.	„Być dobrym rodzicem” - program edukacyjno-wychowawczo-terapeutyczny
11.	Jak rozwiązywać konflikty w rodzinie?
12.	Grupa wsparcia dla rodziców dziecka z niepełnosprawnością, z elementami zajęć warsztatowych - ”Bądź wsparciem i przyjmij wsparcie”
13.	„Zrozumieć nastolatka” - program edukacyjno-wychowawczo-terapeutyczny

Realizacja powyższych programów odbywa się na terenie Publicznej Poradni psychologiczno-Pedagogicznej w Sokołowie Podlaskim po zapisie minimum 8 chętnych osób.
Zapisy przyjmujemy w sekretariacie Poradni.

Tytuł programu	„Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby do nas mówiły” (część I) „Rodzeństwo bez rywalizacji” (część II) „Jak rozmawiać z nastolatkami”(część III)
Cele	Nabywanie i rozwijanie umiejętności wychowawczych Zmiana wychowawczych postaw rodziców i wychowawców Zminimalizowanie wystąpienia zachowań problemowych lub ryzykownych u dzieci i młodzieży. Nauka skutecznych metod wychowawczych oraz budowania relacji z dziećmi w duchu podmiotowości i dialogu.
Osoby realizujące	Ewa Murawska i Urszula Rudaś Joanna Romańska i Aleksandra Tomaszewska
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	grupowa
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	Część I: 10-12 spotkań po 3 godziny Część II: 8 spotkań po 3 godziny Część III: 10 spotkań po 3 godziny
Tematyka spotkań	<p>Część I</p> <ol style="list-style-type: none"> Budowanie relacji dorosły–dziecko, a w tym: <ul style="list-style-type: none"> wyrażanie oczekiwań i ograniczeń tak, aby były przez dziecko respektowane, rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć, aktywne, wspierające słuchanie, motywowanie dziecka do współdziałania, modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka, uwalnianie dzieci od grania narzuconych ról w domu i w szkole. Wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka. Budowanie realnego poczucia własnej wartości dziecka. Konstruktywne rozwiązywanie problemów i konfliktów. <p>Część II</p> <ol style="list-style-type: none"> Rywalizacja i zazdrość między dziećmi. <ol style="list-style-type: none"> Kłótnie, bójki i różne inne trudności. Problem sprawiedliwości, ulubieńców i egoizmu. Wpływ ról na relacje między dziećmi. <p>Część III</p> <ol style="list-style-type: none"> Problemy wieku dorastania: <ul style="list-style-type: none"> młodzieńczy bunt, pragnienie akceptacji, potrzeba decydowania o sobie. Zmiany obyczajowe: <ul style="list-style-type: none"> przedwczesne zainteresowanie seksem, narkotyki, niebezpieczeństwa wynikające z uzależnienia od mediów.
Uwagi	Część II i III jest przeznaczona dla osób, które uczestniczyły w części I.

Tytuł programu	TERAPIA RODZIN
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznanie źródeł trudności w rodzinie; • nauka strategii rozwiązywania konfliktów; • lepsze poznanie się członków rodziny; • odbudowa więzi pomiędzy członkami rodziny • pomoc w komunikowaniu własnych uczuć, potrzeb; • ustalanie granic poszczególnych członków rodziny;
Osoby realizujące	Joanna Romańska
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Grupowa – rodzina jako grupa
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	<p>Ok 10-15 spotkań – w zależności od problemu danej rodziny (maksymalnie 20 spotkań).</p> <p>W zależności od wielkości rodziny uczęszczającej na terapię – do 3 osób – 1h, powyżej 3 osób – 1,5 h Terapia w cyklu co dwa tygodnie.</p>
Tematyka spotkań	<ul style="list-style-type: none"> • Poszukiwanie źródeł konfliktów/kryzysów oraz sposobów na ich pokonanie. • Budowanie więzi pomiędzy poszczególnymi członkami rodziny. • Budowanie pozytywnego obrazu siebie poszczególnych członków rodziny. • Wspólne tworzenie przestrzeni na bezpieczną/spokojną wymianę zdań, myśli, poglądów oraz wzajemny dialog. • Budowanie więzi emocjonalnej oraz wzajemne wsparcie członków rodziny w trudnych sytuacjach. • Nauka planowania działań, motywowanie do poszukiwania rozwiązań, praca na zasobach rodziny. • Wyodrębnianie i zaznaczanie granic pomiędzy członkami rodziny. <p>W zależności od trudności/problemu występującego w danej rodzinie na terapię są przyjmowane rodziny oraz realizowana jest tematyka pomocy m.in w związku z:</p> <ul style="list-style-type: none"> • występowaniem zaburzeń relacji między domownikami (kłótnie, konflikty, trudności z rozpoznaniem swoich potrzeb, brak bliskości/zrozumienia/wsparcia). • kryzysem w rodzinie w związku z np. śmiercią członka rodziny, utratą pracy, separacją, rozwodem, przeprowadzką itp. • problemami natury emocjonalnej i osobowościowej u rodziców, które wpływają na pozostałych członków rodziny np. uzależnienia, zaburzenia osobowości, nieumiejętność radzenia sobie z emocjami itp. • występowaniem trudności związanych z brakiem umiejętności porozumienia między członkami rodziny nawet w najprostszych sprawach lub przejawianie braku chęci do wzajemnych kontaktów.

	<ul style="list-style-type: none"> • występowaniem u dzieci trudności w zakresie np. izolacji dziecka od rówieśników, pogorszenie wyników w nauce, zmiana zachowania itp. • widocznym wpływem napiętych relacji między rodzicami na problemy emocjonalne i wychowawcze dzieci. • kryzysem życiowym dotykającym rodzinę np. śmierć bliskiej osoby, poważna choroba, utrata pracy itp. i wynikające z tego trudności w radzeniu sobie z nim. • niepokojącymi sygnałami płynącymi ze szkoły, że dziecko nie chce się uczyć, wagaruje, popada w konflikty z rówieśnikami, źle się zachowuje. <p>Terapia rodzinna polega na rozmowie członków rodziny ze sobą/z terapeutą o trudnościach we wzajemnych relacjach. Opiera się na założeniu, że rodzina tworzy pewien system, w którym poszczególni członkowie pozostają ze sobą we wzajemnych relacjach i wzajemnie na siebie oddziałują.</p>
<p>Uwagi</p>	<p>Kwalifikacja do terapii rodziny odbywa się podczas jednego/dwóch spotkań, w trakcie których osoba prowadząca pozyskuje informacje o rodzinie/jej funkcjonowaniu i trudnościach. Następnie podejmowana jest decyzja o możliwości/zasadności takiej formy terapii.</p>

Tytuł programu „Tata - to brzmi dumnie” Program grupy wsparcia dla samotnych ojców	
Cele	<ul style="list-style-type: none"> ➤ wgląd w samego siebie - ocena kompetencji rodzicielskich i własnych zasobów ➤ uświadomienie swoich potrzeb i sposobów dbania o własny dobrostan ➤ lepsze zrozumienie potrzeb rozwojowych i indywidualnych dzieci ➤ poznanie sposobów reagowania na zachowania swojego dziecka ➤ poznanie sposobów pomocy swojemu dziecku ➤ nabycie kompetencji w zakresie komunikacji z dzieckiem ➤ podzielenie się swoimi doświadczeniami z innymi rodzicami ➤ uzyskanie wsparcia
Osoby realizujące	Beata Bocian-Waszkiwicz – pedagog, terapeuta rodzinny Beata Rybińska – pedagog
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Grupa 6-osobowa
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	10 spotkań 2 x 45 min. Co 2 tygodnie
Tematyka spotkań	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia organizacyjne. Kodeks i kontrakt. Zapoznanie uczestników grupy. Oczekiwania. Ankieta samooceniąca. 2. Role rodzicielskie. 3. Mocne strony taty. 4. Mój ojciec, ja jako tata –co dostałem, a co daję swojemu dziecku. 5. Wyzwania przed którymi stoję jako ojciec-jak sobie z nimi radzić. 6. Potrzeby rozwojowe mojego dziecka – mam ich świadomość. 7. Wiem co to znaczy dobra komunikacja. 8. Szczęśliwy ojciec – szczęśliwe dziecko. 9. Dekalog super taty. 10. Podsumowanie zajęć. Ankieta samooceniająca.
Uwagi	W grupie wsparcia biorą udział samotni ojcowie w trakcie procesu rozwodowego lub po jego zakończeniu oraz ojcowie nie będący w związkach małżeńskich, którym powierzono opiekę nad dzieckiem.

Tytuł programu	Grupa wsparcia dla rodziców dzieci ze spektrum autyzmu
Cele	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dzielenie się doświadczeniem w celu pokonywania trudności. 2. Dzielenie się wsparciem emocjonalnym. 3. Zwalczanie bezradności wobec niepełnosprawności dziecka. 4. Budowanie siły, nadziei i poczucia wartości wśród uczestników. 5. Wymiana użytecznych informacji. 6. Wzbogacanie wiedzy dotyczącej diagnostyki, terapii oraz funkcjonowania dzieci z autyzmem. 7. Poznanie grupy przyjaznych sobie i wspierających się nawzajem osób.
Osoby realizujące	<p>Urszula Krasnodębska Olga Bielarska</p>
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Warsztaty grupowe
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	Cały rok szkolny/ 2 godziny/ 1x w miesiącu
Tematyka spotkań	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia integracyjne, poznanie potrzeb grupy. 2. W zależności od potrzeb grupy tematyka spotkań to: <ul style="list-style-type: none"> - podstawy diagnozy i terapii dzieci z autyzmem, - trudne zachowania dzieci z autyzmem, - zaburzenia integracji sensorycznej, - rozwijanie komunikacji i alternatywne metody komunikacji, - kształcenie dzieci z autyzmem oraz możliwości uzyskania wsparcia, - wymiana doświadczeń rodziców, - rozwój kompetencji rodzicielskich, - relaksacja dla rodziców.
Uwagi	

Tytuł programu	Poznaj, zrozum, pomóż - kroki skutecznego wsparcia dzieci i młodzieży
Cele	<ul style="list-style-type: none"> - Edukacja rodziców/ nauczycieli w zakresie tematyki miesiąca. - Propagowanie działań terapeutycznych na rzecz dzieci z danej grupy tematycznej - Promowanie literatury, materiałów dydaktycznych, kart pracy służących lepszemu zrozumieniu problemu oraz form radzenia sobie z nim
Osoby realizujące	Tomaszewska Aleksandra/ Romańska Joanna/ wszyscy chętni
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	grupowa
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	1 h
Tematyka spotkań	<ul style="list-style-type: none"> - Wrzesień- Nieśmiałość - Październik- Agresja - Listopad -Nadpobudliwość - Grudzień- Mutyzm - Styczeń- Wybiórczość pokarmowa - Luty- Zaburzenia integracji sensorycznej - Marzec- Depresja - Kwiecień- Autyzm - Maj- Dziecko w procesie rozwodu - Czerwiec- „DYSdziecko”
Uwagi	

Tytuł programu	Pozytywna dyscyplina dla rodziców dzieci w wieku przedszkolnym
Cele	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rozwijanie kompetencji wychowawczych. 2. Wzbogacenie wiedzy na temat pozytywnej dyscypliny. 3. Doskonalenie umiejętności komunikacji. 4. Wzmacnianie w roli rodzica. 5. Rozwijanie umiejętności radzenia sobie z trudnymi zachowaniami. 6. Motywowanie do rozwoju osobistego.
Osoby realizujące	Urszula Krasnodębska
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Warsztaty grupowe
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	10 spotkań/ 2-3 godziny/1 x w tygodniu
Tematyka spotkań	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia integracyjne. 2. Zajęcia wprowadzające w Pozytywną Dyscyplinę. 3. Błędne strategie zachowania. 4. Błędne strategie zachowania - ciąg dalszy. 5. Kary, logiczne konsekwencje, koncentracja na rozwiązaniach. 6. Budowanie poczucia własnej wartości u dzieci, wzmacnianie dzieci. 7. Kolejność urodzenia. 8. Jaka kartą grasz w stresie? 9. Nawiąż relacje zanim naprawisz sytuację. Inne strategie Pozytywnej dyscypliny. 10. Podsumowanie warsztatów.
Uwagi	

Tytuł programu	Praca z dzieckiem z nieprawidłowym rozwojem mowy
Cele	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zwiększenie świadomości rodziców w zakresie reguł rządzących rozwojem mowy dziecka i konieczności podejmowania działań profilaktyczno-terapeutycznych w tym zakresie. 2. Wyposażenie rodziców w wiedzę na temat etapów rozwoju mowy dziecka. 3. Zachęcenie rodziców do wspomagania rozwoju mowy i wymowy własnych dzieci. 4. Umiejętność rozpoznawania, czy moje dziecko mówi prawidłowo, czy też nie. 5. Umiejętność wspierania dziecka w rozwoju mowy. 6. Upowszechnianie wiedzy logopedycznej wśród rodziców. 7. Zapobieganie wtórnym skutkom opóźnień w rozwoju mowy w postaci niepowodzeń szkolnych.
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Iwona Ciałkiewicz
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	mieszana
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	10 spotkań
Tematyka spotkań	<ul style="list-style-type: none"> - Prawidłowy rozwój mowy dziecka. - Zaburzenia rozwoju dziecka a zaburzenia mowy. - Jak wspomagać prawidłowy rozwój mowy dziecka. - Jak pracować z dzieckiem na terenie domu i współpracować z logopedą. - Domowe zabawy i ćwiczenia logopedyczne. - Praca z dzieckiem z opóźnionym rozwojem mowy. - Praca z dzieckiem z niedosłuchem. - Praca z dzieckiem z afazją motoryczną. - Praca z dzieckiem z wadą wymowy. - Praca z dzieckiem z niepełnością mowy. - Konstruowanie indywidualnego programu domowych ćwiczeń logopedycznych.
Uwagi	

Tytuł programu	Grupa wsparcia dla rodziców dziecka z niepełnosprawnością, z elementami zajęć warsztatowych - „Bądź wsparciem i przyjmij wsparcie”
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • Wsparcie informacyjne (poszerzenie wiedzy o istocie niepełnosprawności dziecka i specyfice jego potrzeb, prawidłowościach rozwojowych, sposobach stymulacji rozwoju, możliwościach pomocy) • Podnoszenie kompetencji wychowawczych (poszerzenie wiedzy na temat radzenia sobie z trudnymi zachowaniami dziecka z niepełnosprawnością, wspierania rozwoju emocjonalnego innych dzieci w rodzinie, radzenia sobie w różnych sytuacjach) • Wsparcie emocjonalne (odreagowanie napięć, wymiana doświadczeń między rodzicami, pomoc w poradzeniu sobie z własnymi uczuciami, w zaakceptowaniu siebie i dziecka, przekazywanie emocji podtrzymujących i uspokajających)
Osoby realizujące	Agnieszka Wojtczuk – psycholog Magdalena Wyczółkowska – pedagog
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Forma (spotkania grupowe), w miarę potrzeb indywidualne. Grupa do 10 osób.
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	Czas (10 spotkań , 75min x1)
Tematyka spotkań	<p>Tematyka spotkań:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wzajemne poznanie się uczestników, pojawienie się dziecka niepełnosprawnego w rodzinie i co dalej... 2. Etapy adaptacji do nowej sytuacji, postawy wychowawcze i ich wpływ na dziecko. 3. Potrzeby dziecka, mocne strony, konsekwencje niepełnosprawności, możliwości terapii i leczenia. 4. Wzmacnianie relacji rodzinnych, komunikacja w rodzinie. 5. Prawidłowości rozwojowe i stymulacja rozwoju poprzez zabawę . 6. Metody wspierania rozwoju dziecka. Zapoznanie z literaturą „specjalistyczną” . 7. Rozwiązywanie problemów wychowawczych. 8. Sposoby na stres, czyli jak radzić sobie z napięciem. 9. Czas dla siebie, czyli jak wzmacniać siły fizyczne i psychiczne. 10. Zapoznanie i wyjaśnienie procedur uzyskiwania pomocy w różnych instytucjach działających na rzecz dziecka z niepełnosprawnością i jego rodziny (pomoc socjalna, edukacja, stowarzyszenia, itp.).
Uwagi	

Tytuł programu	Warsztaty rozwijające umiejętności wychowawcze dla rodziców dzieci w wieku adolescencji „Bądźmy w kontakcie”
Cele	<ul style="list-style-type: none"> - identyfikowanie nieskutecznych, konstruktywnych, zaburzających rozwój dziecka i niszczących wzajemne więzi sposobów komunikowania się z dzieckiem, tzw. barier komunikacyjnych - określanie swoich granic w kontakcie z dzieckiem w taki sposób, aby dziecko chciało je respektować - budowanie relacji opartych na współpracy z dzieckiem – stwarzanie klimatu wspierającego proces nauczania-uczenia się - poszerzanie świadomości rodziców w zakresie problemów związanych z okresem dojrzewania oraz w zakresie konfliktów pomiędzy młodzieżą, związanych z destruktywną rywalizacją - uświadomienie rodzicom, że skuteczność wychowania zależy od postawy wychowującego, który jest odpowiedzialny za jakość relacji z dzieckiem - uświadomienie, że prawidłowa, dająca dziecku poczucie bezpieczeństwa relacja z osobą dorosłą jest najważniejszym warunkiem wewnętrznej motywacji do uczenia się i szeroko rozumianego rozwoju młodego człowieka - ukazanie prawdy, że skuteczne wychowanie nie może mieć miejsca, jeśli wychowujący nie opiera go na jasnym i czytelnym systemie wartości, który sam posiada i realizuje w codziennym kontakcie z dzieckiem oraz z innymi ludźmi - ułatwienie zakwestionowania funkcjonujących powszechnie w świadomości społecznej stereotypów i mitów związanych z procesem wychowania
Osoby realizujące	Ewa Murek-Szotko, Olga Bielarska
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Forma grupowa
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	10 spotkań, co tydzień po 2 godziny
Tematyka spotkań	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stawianie granic w wychowaniu dziecka i relacjach rodzinnych. 2. Konsekwencje w odpowiedzi na łamanie norm i zasad. 3. Rozpoznawanie uczuć dziecka, akceptowanie je. 4. Pomaganie dziecku w radzeniu sobie z trudnymi emocjami. 5. Poznanie metod zachęcania dziecka do współpracy. 6. Stosowanie pozytywnych informacji zwrotnych, skutecznych pochwał. 7. Budowanie realnego poczucia własnej wartości. 8. Wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka. 9. Stosowanie konstruktywnych metod rozwiązywania problemów, konfliktów. 10. Pomaganie dziecku w wychodzeniu z negatywnej roli.
Uwagi	

Tytuł programu	Mediacje dla rodziców w systemie pomocy rodzinie w kryzysie
Cele	<ul style="list-style-type: none"> – Wsparcia rodziny w kryzysie. – Stworzenie przestrzeni do rozmawiania o tym, co dla każdego z rodziców jest ważne w bezpiecznych warunkach. – Pomoc w ustaleniu między innymi: opieki nad dzieckiem (miejsce jego zamieszkania, kontakty z obojgiem rodziców, wychowanie czy też edukację). – Uzgodnienie sposobów uczestniczenia obojga rodziców w życiu dziecka, ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb i możliwości każdej z osób. – Pomoc w podjęciu decyzji o formie sprawowania opieki nad dziećmi po rozstaniu rodziców. – Ochrona dziecka w konflikcie rodziców w taki sposób, by nie było ono narzędziem w ich rozgrywkach.
Osoby realizujące	Olga Bielarska, Ewa Murek-Szotko
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Indywidualna, w parze.
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	Od 3 do 5 spotkań po ok 2 godziny
Tematyka spotkań	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nawiązanie kontaktu ze stronami sporu 2. Wybór strategii prowadzenia mediacji. 2. Zbieranie i analizowanie podstawowych informacji 3. Sporządzenie szczegółowego planu mediacji. 4. Budowanie zaufania i współpracy. 5. Rozpoczęcie sesji mediacyjnej. 6. Zdefiniowanie spraw i ustalenie planu. 7. Odkrywanie ukrytych interesów stron. 8. Generowanie opcji rozwiązań. 9. Ocena możliwości rozwiązań. 10. Przetarg końcowy. 11. Osiągnięcie formalnego porozumienia. 12. Sporządzenie ugody.
Uwagi	W poradni mediacji mogą podlegać sprawy pozasądowe. Strony mediacji powinny być równoważne, tzn. nie prowadzi się mediacji np. pomiędzy dzieckiem, a osobą dorosłą.

Tytuł programu Być dobrym rodzicem - program edukacyjno-wychowawczo-terapeutyczny	
Cele	<ul style="list-style-type: none"> - wzrost zrozumienia uczuć i potrzeb dziecka, - wzrost zrozumienia własnych uczuć i potrzeb, - umiejętność identyfikowania sytuacji i zachowań problemowych, - nabycie umiejętności radzenia sobie z trudnymi zachowaniami dziecka, - umiejętność stosowania skutecznej komunikacji z dzieckiem, - umiejętność rozwiązywania konfliktów.
Osoby realizujące	Marta Lenart
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Indywidualna/grupowa
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	Dostosowana do indywidualnych potrzeb rodzica/opiekuna prawnego.
Tematyka spotkań	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kim jest moje dziecko? Poznanie poszczególnych faz rozwojowych dziecka. 2. Kim jestem ja? Poznanie właściwych postaw rodzicielskich. 3. Moje emocje- jak je rozpoznawać i wyrażać. 4. Emocje mojego dziecka- jak je rozpoznawać i na nie reagować. 5. Skuteczna komunikacja w rodzinie. 6. Konflikty i sposoby ich rozwiązywania. 7. Zasady i granice. 8. Nagrody i kary. 9. Rodzina w czasie wolnym, czyli o mocy twórczo spędzonego wspólnie czasu.
Uwagi	

Tytuł programu	Jak rozwiązywać konflikty w rodzinie
Cele	<ul style="list-style-type: none"> • zmiana wzorców zachowań i postaw w relacjach z bliskimi; • rozwijanie samokontroli oraz umiejętności współzycia w rodzinie; • zdobycie umiejętności komunikowania się i rozwiązywania konfliktów; • kształtowanie kompetencji wychowawczych.
Osoby realizujące	Ewa Mikołajczuk
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Indywidualna
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	10 jednogodzinnych spotkań
Tematyka spotkań	<ol style="list-style-type: none"> 1. Co to jest konflikt. Cechy konfliktu. 2. Rodzaje konfliktów. 3. Najczęstsze przyczyny konfliktów. 4. Funkcjonowanie człowieka w sytuacji konfliktu. 5. Postawy wobec konfliktu. 6. Strategie rozstrzygnięcia konfliktu. 7. Jak działać gdy pojawi się konflikt. 8. Komunikacja w sytuacji konfliktu. 9. Negatywne skutki konfliktu. 10. Korzyści z konfliktu.
Uwagi	

Tytuł programu	Zrozumieć nastolatka - program edukacyjno-wychowawczo-terapeutyczny dla rodziców dzieci zagrożonych uzależnieniami
Cele	<ul style="list-style-type: none"> - rozpoznanie trudności w komunikacji z nastolatkiem i nabycie umiejętności wzrostu kompetencji z zakresu komunikacji - kształtowanie umiejętności identyfikowania trudnych sytuacji i zachowań oraz nabycie umiejętności radzenia sobie z trudnymi zachowaniami dziecka - umiejętność rozwiązywania konfliktów
Osoby realizujące	Beata Bocian-Waszkiewicz Beata Rybińska
Forma (indywidualna, grupowa, mieszana)	Grupowa (8-10 osób)
Czas realizacji (liczba spotkań, wymiar godzinowy)	10 spotkań x 1,5 godz.
Tematyka spotkań	<ul style="list-style-type: none"> - Rodzina – mama i tata oraz ich zasoby - Dziecko i jego zasoby - Emocje w życiu dziecka i rodziny - Komunikacja w rodzinie - Jak optymalnie wychować w rodzinie DOJRZAŁE DZIECKO? - Samodzielność nastolatka – kompetencje społeczne - Jak wygląda świat współczesnego nastolatka? - Seksualność nastolatka - Rola rodziny w promocji zdrowia psychicznego i w zapobieganiu zachowaniom autodestruktywnym u młodzieży - Jak być dobrym rodzicem nastolatka? – zakończenie
Uwagi	