

AKADEMIA RODZICA

Moduł warsztatowy

Cykl 5 spotkań po dwie godziny

Środy 17.30 - 19.30

I. Cele szkolenia

- Dostarczenie wypróbowanego pakietu narzędzi i technik komunikacyjnych wspomagające efektywniejsze porozumiewanie się w życiu osobistym (z dziećmi, partnerem) i zawodowym.
- Wypracowanie konstruktywnych schematów reagowania w sytuacjach trudnych (np. konflikty, rozbieżności opinii).

II. Ramowy program warsztatu

- Wprowadzenie do szkolenia i pojęcia skutecznego, dobrego rodzica.
- Ustalenie celów osobistych uczestników.
- Okno zachowań.
- Fałszywa akceptacja.
- Pomaganie dziecku w zaspokajaniu jego potrzeb.
- Umiejętności pomagania.
- Aktywne słuchanie (warunki skutecznego słuchania i typowe błędy w jego użyciu).
- Skuteczne komunikowanie się rodzic – dziecko w celu zaspokojenia potrzeb rodzica.
- Skuteczna konfrontacja.
- Skutki nagród i kar.
- Radzenie sobie z oporem.
- Rozwiązywanie konfliktów potrzeb.
- Sześć kroków rozwiązywania problemów.

III. Przewidywane korzyści z udziału w szkoleniu

- Rozwój osobisty.
- Zdobycie umiejętności skutecznego wyrażania własnych potrzeb i rozwiązywania konfliktów metodą „bez przegranych”.

Prowadzący: Adam Wojciechowski - psycholog, pedagog, psychoterapeuta dzieci i młodzieży.