



SPECJALISTYCZNA
PORADNIA
OPTA

warsztaty

rodzice

stacjonarne

PORANNA SZKOŁA DLA RODZICÓW

Korzyści dla rodziców:

- nauka umiejętnego stawiania granic w relacjach z dziećmi,
- umiejętność nazywania i rozpoznawania emocji
- poprawa relacji z dzieckiem, w duchu podmiotowości i dialogu,
- budowanie więzi między rodzicami i dziećmi,
- umiejętność wyrażania oczekiwań i ograniczeń konsekwentnie, ale z szacunkiem dla dziecka,
- wypracowanie sposobów motywowania dziecka do współdziałania,
- wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka,
- możliwość skorzystania z doświadczeń innych rodziców.

Dzień tygodnia: piątek

Godzina: 8.15-12.30

Liczba spotkań: 10

Start: po zebraniu się grupy

Spotkania bezpłatne

Wymagana konsultacja wstępna do grupy

Prowadzące:

Ewa Borek - psychoterapeuta,
Monika Górniak-Ciosek - psychoterapeuta.

ZAPISY:

(22) 826-39-16,
506-399-683.





SPECJALISTYCZNA
PORADNIA
OPTA

grupa wsparcia

rodzice

stacjonarne

ODNAJDYWANIE ZASOBÓW W BYCIU MATKĄ I BYCIU KOBIETĄ GRUPA DLA KOBIET DZIECI MŁODSZKOLNYCH

Zagadnienia poruszane podczas spotkań:

- nakierowanie na poszukiwanie umiejętności inicjowania zmiany we własnym życiu,
- odnajdywanie własnych zasobów pomocnych w poszukiwaniu własnej siły w byciu matką i byciu kobietą,
- umacnianie poczucia adekwatności w pełnionych rolach,
- nabywanie nowych kompetencji w kontaktach z dziećmi

Dzień tygodnia: środa (czwarta środa w miesiącu)

Godzina: 18.00-20.00

Liczba spotkań: grupa całoroczna

Start: 22.09.2021

Spotkania bezpłatne

Wymagana konsultacja wstępna do grupy

Prowadzące:

Wioletta Zawistowska - psycholog,
psychoterapeuta rodzinny

ZAPISY:

(22) 826-39-16,
506-399-683.

