



**Specjalistyczna Poradnia Rodzinna  
Dzielnicy Bemowo m.st. Warszawy**  
ul. gen. T. Pełczyńskiego 28 E, 01-471 Warszawa  
tel./fax 22-664-13-42, tel. 22-664-08-49  
e-mail: info@spr.bemowo.waw.pl <https://www.poradniarodzinnabemowo.pl>  
NIP 522-23-30-479 REGON 012922753

## „Blżej siebie – warsztaty umiejętności wychowawczych”

Zapraszamy na bezpłatny kurs dotyczący umiejętności wychowawczych. Program, który powstał na podstawie podejścia Elaine Mazlish i Adele Faber oraz Jespera Juul’a, składa się z ośmiu spotkań online, trwających po 3 godziny. Podczas zajęć poruszymy kluczowe kwestie dotyczące wychowania.

### Cel programu:

*Program jest zorientowany na wzmocnienie i pogłębienie relacji pomiędzy dorosłymi a dziećmi, by mogli być blżej siebie.*

### Zapraszamy rodziców, którzy:

- ✓ chcą znaleźć czas na refleksję nad swoim rodzicielstwem,
  - ✓ szukają okazji aby ćwiczyć swoje umiejętności komunikacyjne,
  - ✓ chcą lepiej radzić sobie z emocjami swoimi, małżonka oraz dzieci,
  - ✓ chcą lepiej rozwiązywać konflikty w swojej rodzinie,
- ✓ interesują się, jak inni rodzice radzą sobie ze swoimi dziećmi i z relacjami w parze.

### Tematy poruszane podczas spotkań:

- ✓ granice,
- ✓ przeżywanie i wyrażanie emocji,
- ✓ kształtowanie poczucia własnej wartości u dzieci,
- ✓ rozwiązywanie konfliktów,
- ✓ ...

### Terminarz

Zajęcia odbywają się w osiem kolejnych śród od godz. 9.00 do 12.00 w okresie od 23 lutego do 13 kwietnia 2022 roku.

### ORGANIZACJA WARSZTATÓW:

- ✓ spotkania są skierowane do rodziców i wychowawców,
- ✓ grupa ma charakter seminaryjno-warsztatowy,
- ✓ spotkania odbywają się raz w tygodniu, przez 8 tygodni,
- ✓ w warsztatach weźmie udział około 12/14 osób,
- ✓ spotkanie odbywać się będą na aplikacji Zoom,
- ✓ należy zapewnić sobie spokojne warunki uczestnictwa (bez obecności dzieci), z dobrym łączem internetowym umożliwiającym zarówno wizję, jak i dźwięk,
- ✓ istnieje możliwość otrzymania zaświadczenia po ukończonym kursie.

**Zgłoszenia prosimy kierować telefonicznie do Sekretariatu Poradni pod numerem**

**22 664 13 42, 22 664 08 49, 509-953-508  
od poniedziałku do piątku, w godzinach 9.00-16.00.**