**WARSZTATY AKADEMIA RODZICA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NR MODUŁU** | **TEMATYKA ZAJĘĆ** |  |
| I. | Umiejętności komunikacji z dzieckiem: rozpoznawanie i nazywanie emocji. | 4 h |
| II. | Umiejętności komunikacji z dzieckiem: aktywne słuchanie, bariery komunikacji. | 4 h |
| III. | Fazy rozwoju człowieka, etapy rozwoju, potrzeby dzieci, wiek dojrzewania, zagrożenia rozwoju dziecka. | 4 h |
| IV. | Postawy rodzicielskie sprzyjające prawidłowemu rozwojowi. Stawianie granic, wprowadzanie zasad i konsekwencji. | 4 h |
| V. | Strategie radzenia sobie z problemami i konfliktami techniki relaksacyjne i odprężające, metody zwalczania lęku, budowanie pozytywnego obrazu siebie, dbanie o siebie. | 4 h |
| VI. | Elementy kryzysów rodzinnych kryzysy rozwojowe, traumatyczne, chroniczne; interwencja kryzysowa, wsparcie społeczne, planowanie pomocy, analiza przypadków. | 4 h |
| VII. | Elementy profilaktyki rodzinnej i domowej (rodzaje i przyczyny uzależnienia,  mechanizmy. Wspieranie dzieci w abstynencji, budowanie pozytywnego obrazu dziecka).  Edukacja w obszarze zespołu FAS/FASD – definicja, przyczyny, objawy i skutki braku wczesnego rozpoznania. | 4 h |
| VIII. | Zachęcanie do samodzielności – sposoby „odcinania pępowiny” | 4 h |
| IX. | Jak zadbać o najważniejszą relację w rodzinie: mąż - żona? Wpływ relacji małżeńskiej na pozostałe relacje w rodzinie.  Mediacje – czy warto skorzystać z pomocy mediatora  w konflikcie / kryzysie małżeńskim? | 4 h |
| X. | Elementy zabawy z dzieckiem i form spędzania czasu wolnego  (wraz z opracowaniem wspólnej grupowej imprezy dla dzieci). | 4 h |
| XI | Warsztaty cyfrowe | 4 h x 5 spotkań – 20h |
| XII | Wydarzenie rodzinne |  |
| XIII | Wakacyjny rodzinny wyjazd terapeutyczny | 6 dni |

**Osoby uczestniczące w Akademii Rodziców będą mogły skorzystać z 6- dniowego „Wakacyjnego rodzinnego wyjazdu terapeutycznego”. Zapewniony zostanie transport, noclegi oraz całodzienne wyżywienie.**

**Podczas wszystkich warsztatów dla rodziców będzie zapewniona opieka nad dziećmi.**