

INDYWIDUALNY TRENING KOMPETENCJI RODZICIELSKICH

Cele ogólne:

- Indywidualne wsparcie w rozwiązywaniu trudności wychowawczych
- Personalizacja strategii wychowawczych
- Rozwój umiejętności komunikacji i budowania relacji
- Rozwijanie umiejętności efektywnego komunikowania się
- Wzmacnianie kompetencji wychowawczych i emocjonalnych rodziców
- Rozpoznanie potrzeb dziecka i wspieranie jego rozwoju
- Budowanie pozytywnej relacji w rodzinie

Rozumienie potrzeb dziecka

- Potrzeby rozwojowe dziecka w różnych etapach życia
- Analiza konkretnych sytuacji – jak rozpoznać potrzeby dziecka

Komunikacja z dzieckiem

- Efektywne techniki komunikacji

Budowanie więzi

- Rola więzi emocjonalnej w rozwoju dziecka
- „Mapa więzi” – jak ją budować w codzienności

Dyscyplina i granice

- Różnice między dyscypliną a karą
- Techniki ustalania granic i konsekwencji
- Opracowanie indywidualnych zasad wychowawczych

Rozwijanie samodzielności dziecka

- Jak wspierać w zdobywaniu kompetencji
- Delegowanie odpowiedzialności, wspieranie inicjatywy

Zarządzanie emocjami w rodzinie

- Rozpoznawanie emocji u siebie i dziecka
- Regulacja emocji, empatia techniki relaksacyjne

Współpraca w wychowaniu

- Rola współpracy rodziców , komunikacja partnerska
- Budowanie wspólnych strategii wychowawczych