

**MIEJSKI OŚRODEK POMOCY RODZINIE W GRUDZIĄDZU**

**Dział Wspierania Rodziny i Interwencji Kryzysowej**  
Zespół ds. interwencji kryzysowej i poradnictwa specjalistycznego

**Grupa wsparcia dla rodziców  
z problemami wychowawczymi**

**opracowanie:**  
Małgorzata Świdorska  
(psycholog MOPR)

Grudziądz, 2014

## **1. Uzasadnienie projektu**

Grupa wsparcia dla rodziców z problemami wychowawczymi powstała w odpowiedzi na oczekiwania uczestników warsztatów umiejętności wychowawczych „Szkoła dla rodziców i wychowawców część I - Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”. Uczestnicy w/w zajęć wyrazili chęć dalszego rozwijania swoich umiejętności wychowawczych i rozwoju osobistego podczas spotkań grupowych z psychologiem. W ramach projektu uczestnicy będą mogli realizować postawione przez siebie cele, dzięki czemu będą mogli lepiej budować swoje relacje z dziećmi.

Zajęcia będą prowadzone w ramach grupy wsparcia. Grupa wsparcia jest formą pomocy psychologicznej. Udział w grupie wsparcia polega na dzieleniu się własnymi doświadczeniami z innymi jej członkami, słuchaniu i nawiązywaniu kontaktu, dzieleniu się użytecznymi informacjami, udzieleniu sobie wzajemnego wsparcia emocjonalnego. Aktywne uczestnictwo w grupie pomaga w pracy nad sobą, w osobistym rozwoju, a także w radzeniu sobie z codziennymi trudnościami.

## **2. Adresaci projektu**

Grupa wsparcia adresowana jest do rodziców/opiekunów mieszkających na terenie miasta Grudziądz, borykających się z problemami wychowawczymi. Brak ograniczeń wiekowych. Warunkiem kwalifikacji do grupy będzie ukończenie warsztatów psychoedukacyjnych „Szkoła dla rodziców i wychowawców część I - Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”, oraz brak zaburzeń psychicznych i osobowościowych, przeciwwskazań do udziału w zajęciach grupowych.

## **3. Miejsce i termin prowadzenia zajęć**

Zajęcia będą realizowane na terenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie, przy ulicy Waryńskiego 36, w pokoju nr 5. Termin realizacji zajęć od dnia ukończenia warsztatów „Szkoła dla rodziców...”, czas realizacji: bezterminowo.

## **4. Organizacja prowadzenia grupy**

Liczebność grupy nie może przekroczyć 12 osób. Grupa ma charakter długoterminowy i półotwarty (dobór uczestników zgodny z warunkami kwalifikacji). Zajęcia będą realizowane, co 2 tygodnie. Czas trwania jednego spotkania będzie wynosił około trzech godzin.

Dopuszcza się możliwość zmiany terminu rozpoczęcia zajęć zgodnie z potrzebami uczestników czy prowadzącego. Zajęcia prowadzone będą przez psychologa MOPR.

### **5. Metody pracy**

- praca w grupach
- praca indywidualna
- dyskusja
- mini-wykład
- „burza mózgów”
- odgrywanie scenek
- elementy arteterapii (zajęcia muzyczne, plastyczne, ruchowe, psychodrama)

### **6. Cele projektu:**

**Cel główny:** Kontynuowanie programowych zajęć „Szkoła dla rodziców...”, wymiana doświadczeń uczestników, utrwalenie wiedzy i umiejętności zdobytych podczas udziału w w/w zajęciach.

#### **Cele szczegółowe:**

Rozwijanie u uczestników zajęć:

- umiejętności wychowawczych
- umiejętności komunikacyjnych
- umiejętności tworzenia prawidłowej relacji rodzicielskiej
- profilu osobowości

### **7. Tematyka zajęć w ramach projektu**

Spotkania w ramach grupy wsparcia będą opierały się na scenariuszach zajęć „Szkoły dla rodziców i wychowawców część I...”, oraz będą uzupełniane scenariuszami zajęć na podstawie książki „*Rodzeństwo bez rywalizacji*” A. Faber, E. Mazlish. Każdy z uczestników będzie mógł zaproponować temat zajęć, i po zaaprobowaniu przez resztę grupy i prowadzącego zajęcia zostaną przygotowane i przeprowadzone. Zajęcia będą odbywały się, co dwa tygodnie w takiej formie, iż jedno spotkanie będzie obejmowało rozmowę na temat sytuacji bieżącej uczestników, oraz trenowanie konkretnej umiejętności wychowawczej, na kolejnym spotkaniu zamiast treningu umiejętności wychowawczych będą zadania z zakresu rozwoju osobistego.

Blok dotyczący rozwoju osobistego będzie dotyczył następującej tematyki:

1. Rozwój myślenia kreatywnego
2. Praca nad poczuciem własnej wartości.
3. Stres i sposoby radzenia sobie z nim.
4. Konstruktywne sposoby wyrażania i przeżywania złości.
5. Zachowania asertywne i podstawy komunikacji interpersonalnej

## **8. Oczekiwane efekty**

W zakresie kompetencji wychowawczych:

- umiejętność stawiania granic w relacjach z innymi ludźmi
- umiejętność rozpoznawania i nazywania własnych uczuć i uczuć dziecka
- umiejętność empatycznego słuchania, radzenia sobie z uczuciami własnymi, oraz dziecka
- umiejętność zachęcania dziecka do współpracy
- umiejętność zachęcania dziecka do samodzielności
- praktyczne umiejętności dotyczące stosowania pomocnej pochwały i zachęty
- umiejętność konstruktywnego rozwiązywania konfliktów
- umiejętność uwalniania dziecka od grania ról,
- praktyczne umiejętności stosowania skuteczniejszych niż kary sposobów prowadzących do samodyscypliny

Wynikające z przynależności do grupy, oraz rozwoju osobistego:

- zaspokojone potrzeby bezpieczeństwa, przynależności, akceptacji i samorealizacji
- wzrost samooceny
- umiejętność radzenia sobie ze stresem, oraz negatywnymi emocjami
- umiejętność asertywnego zachowania się

**9. Koszty projektu – brak kosztów.**