



**Έναρξη των κύκλων συναντήσεων για γονείς**

**ΣΧΟΛΗ ΣΥΓΧΡΟΝΩΝ ΓΟΝΕΩΝ**

**Γονιός δεν γεννιέσαι, γίνεσαι!**

Το Διεπιστημονικό Κέντρο **«ΑΝΑΠΤΥΞΗ & ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ» *Λόγος – Μάθηση – Συμπεριφορά*** προγραμματίζει την υλοποίηση:  **κύκλων συναντήσεων για γονείς (ομάδες γονέων)**, απευθυνόμενοι σε γονείς παιδιών όλων των ηλικιών, με στόχο την ενημέρωση – ευαισθητοποίηση – εκπαίδευση των γονέων και την ενίσχυση του ρόλου τους.

Η οικογένεια αποτελεί το πρώτο και πιο σημαντικό πλαίσιο που επηρεάζει την ανάπτυξη της προσωπικότητας και τη συμπεριφορά του ατόμου.

Το να μεγαλώνουμε παιδιά στη σημερινή εποχή, όπου όλα γύρω μας αλλάζουν με γοργούς ρυθμούς, συχνά μας δημιουργεί ανησυχίες και πολλά ερωτήματα. Καθημερινά αναρωτιόμαστε αν μεγαλώνουμε σωστά τα παιδιά μας και προσπαθούμε να βρούμε τρόπους για να αντιμετωπίσουμε καθημερινές δυσκολίες και προβλήματα.

Το να είσαι γονιός, σήμερα, δεν είναι εύκολο, είναι πιθανά η πιο δύσκολη δουλειά στον κόσμο. Εκτός από ένστικτο και αγάπη, χρειάζονται ενημέρωση και στήριξη. Επίσης οι γονείς πρέπει να λάβουν υπόψη τους ότι δεν υπάρχουν τέλειοι γονείς, υπάρχουν όμως **«αρκετά καλοί γονείς»**.

**Συμπερασματικά**, οι σημερινοί γονείς έχουν πολλές υποχρεώσεις και ευθύνες απέναντι στα παιδιά τους. Η ανατροφή τους είναι πολύ δύσκολη γιατί απαιτεί σωστούς χειρισμούς και ιδιαίτερη αντιμετώπιση των αναγκών και των επιθυμιών τους. Ο γονιός παρέχει κατά βάση φροντίδα και αγάπη αλλά το παιδί χρειάζεται πολύ περισσότερα από αυτά. Χρειάζεται μια στέρεη βάση για την ανάπτυξή του και ένα καλό στήριγμα για την ομαλή ένταξή του στην κοινωνία.

Αυτό όμως, που είναι σημαντικό είναι η διάθεση και η προσπάθειά μας να γίνουμε καλύτεροι γονείς και άνθρωποι.

**Η δική μας συμβολή**

Η ανάγκη για καθοδήγηση των γονέων σε διάφορα θέματα, τους οδηγεί συχνά στη διατύπωση σχετικών **αιτημάτων**. Ανταποκρινόμενοι στα αιτήματα αυτά, θα διαχειριστούμε τα θέματα σε ομαδικές συναντήσεις που έχουν **γνωσιακό-συμβουλευτικό και υποστηρικτικό** χαρακτήρα.

Ευελπιστούμε, ότι η προσπάθεια αυτή μπορεί να συμβάλλει στο να γίνει η γονική εμπειρία πιο ευχάριστη αλλά και το εκπαιδευτικό έργο πιο αποτελεσματικό.

Η Σχολή Γονέων επιθυμεί να βοηθήσει τους γονείς στο τόσο σημαντικό και πολύπλοκο ρόλο τους. **Στόχος του προγράμματος** είναι να ενθαρρύνει τους γονείς και να τους στηρίξει, δείχνοντας τρόπους βελτίωσης της επικοινωνίας μέσα στην οικογένεια

**Περισσότερες πληροφορίες για τις ομάδες γονέων**

Οι συναντήσεις θα γίνονται στο χώρο του Κέντρου, με συχνότητα μία φορά τον μήνα, ημέρα Σάββατο και θα διαρκούν δύο ώρες, από τις **16:00 έως τις 18:00**.

Παρακαλείσθε να επικοινωνήσετε στα τηλέφωνα του γραφείου για την κατοχύρωση της θέσης σας στις συναντήσεις, καθημερινά από τις 13:00 – 21:30.

**Ο κύκλος των συναντήσεων θα ολοκληρωθεί σε 5 δίωρες συναντήσεις**

Οι προγραμματισμένες ημερομηνίες συναντήσεων είναι:

1. Σάββατο 18 Μαρτίου
2. Σάββατο 1 Απριλίου
3. Σάββατο 6 Μαΐου
4. Σάββατο 10 Ιουνίου
5. Σάββατο 1 Ιουλίου

**Τα θέματα που θα αναπτυχθούν είναι τα εξής:**

* ***Ανάγκες Παιδιών και Γονέων***
* ***Χτίζοντας υγιείς σχέσεις με τα παιδιά μας***
* ***Προβλήματα Συμπεριφοράς και Πειθαρχίας στο σπίτι και στο σχολείο***
* ***Διαχείριση και επίλυση συγκρούσεων***
* ***Η αξία των ορίων***
* ***Μαθησιακές Δυσκολίες – Τρόποι ενσωμάτωσης κινήτρων***
* ***Δυσκολίες Συγκέντρωσης – Διαχείριση μελέτης***
* ***Χαμηλή Αυτοπεποίθηση και Αυτοεκτίμηση***
* ***Υπερβολική συστολή και Κοινωνικό Άγχος***
* ***Τεχνικές ενίσχυσης της Θετικής συμπεριφοράς των παιδιών***
* ***Ηλεκτρονικά παιχνίδια και Διαδίκτυο***
* ***Πως πρέπει να γίνεται η μελέτη του παιδιού στο σπίτι και αποφυγή εντάσεων***
* ***Η συναρπαστική περιπέτεια της προεφηβείας και εφηβείας***

αλλά και άλλα ζητήματα που μπορεί να προκύψουν ως ανάγκη από τα μέλη της ομάδας.

Σας προσκαλούμε λοιπόν να συμμετέχετε στις Ομάδες Γονέων που θα ξεκινήσουν τον Μάρτιο 2023. Μια ευκαιρία να γνωρίσουμε τον υπέροχο ρόλο-πρόκληση που μας χάρισε η ζωή, τον ρόλο του γονιού!

***«Οι τυχεροί γονείς που έχουν καλά παιδιά, συνήθως έχουν τυχερά παιδιά που έχουν καλούς γονείς»***

*Με εκτίμηση,*

*Γεράσιμος Ρούσσος*

*Επιστημονικός Υπεύθυνος Διεπιστημονικού Κέντρου*

*MSc στην Εκπαιδευτική Ψυχολογία*

*Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας*

*Εκπαιδευτής Εκπαιδευτών & Εκπαιδευτής Ενηλίκων*

*Παιδιατρικός Εργοθεραπευτής S.I.T. – Εμψυχωτής*