

## Być rodzicem po rozstaniu

Być rodzicem po rozstaniu

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 2 w Rzeszowie rozpoczyna nabór na zajęcia warsztatowe dla rodziców pt. **"Być rodzicem po rozstaniu"**.

Do udziału w warsztatach zachęcamy rodziców, którzy podjęli decyzję o rozstaniu/rozwodzie albo mają problem z regulacją kontaktów i relacji z dziećmi.

**Planujemy rozpoczęcie po zebraniu grupy na przełomie grudnia 2024 i stycznia 2025.**

**Zajęcia będą odbywać się z czwartki w godzinach od 16.00 do 18.00**

Nabór:

- wypełniony wniosek o przyjęcie do poradni (wypełniony na imię i nazwisko dziecka) wraz z podaniem telefonów
- po dostarczeniu wniosku (osobiście, e-mailem lub przez EPUAP) skontaktujemy się w celu przeprowadzenia krótkiej rozmowy telefonicznej

### **Program warsztatów:**

#### **Rozstanie, i co dalej?**

2. Emocje dzieci w sytuacji konfliktu rodziców
3. Co pomaga dzieciom przetrwać w sytuacji rozstania?
4. Znaczenie i wartość każdego z rodziców dla wychowania dziecka
5. Emocje dorosłych w sytuacji rozstania i ich wpływ na dziecko
6. Skutki separacji od jednego z rodziców
7. Konflikt lojalności – czym jest, jak się objawia
8. Złość na partnera w sytuacji rozstania – jak sobie radzić?
9. Relacja z dzieckiem a relacja z byłym partnerem – jak je rozdzielić?
10. Budowanie relacji z dzieckiem
11. Rola i znaczenie sądu i OZSS w sporach między rodzicami
12. Mediacja – jej znaczenie i wartość w sporach między rodzicami

13. Najczęstsze sytuacje sporne między rodzicami i praktyczne możliwości ich rozwiązania
14. Współpraca jako wyzwanie dla rodziców po rozstaniu
15. Podsumowanie spotkań, określenie dalszych potrzeb

(Opracowanie i prowadzenie: Justyna Nawojka, psycholog, psychoterapeutka oraz Dorota Dominik, mediator rodzinny)