

## PREDAVANJA ODPRTEGA TIPA ZA STARŠE IN DRUGE SKRBNIKE OTROK V LETU 2024

### Januar

#### ŽIVETI Z OTROKOM IN NE ZA OTROKA – VZGOJA ZA SODELOVANJE

##### Kdaj in kje?

- 25. 1. 2024, ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana
- 25. 1. 2024, ob 19. uri; spletna izvedba
- 31. 1. 2024, ob 17. uri; spletna izvedba

*Vzpostavitev odnosa in vzdrževanje le tega, zahteva naš čas, energijo, zavestno delovanje, vendar pa tudi željo, da odnos krepimo in ga nadgrajujemo. V sodelovalnem odnosu pa v ospredje vedno postavljamo spoštovanje, dostojanstvo, integriteto ter avtonomnost vsakega vključenega posameznika.*

*Na srečanju bomo ugotavljali, kaj pomeni sodelovalni odnos in katera naša dejanja sodelovalni odnos krepijo, katera pa ga drobijo; katera naša vedenja so za razvoj našega otroka spodbudna, katera pa destruktivna; ugotavljali bomo pomen našega čustvenega odziva ter vpliv tako neverbalne kot tudi verbalne komunikacije. Ugotavljali bomo kaj nam, kot staršu, nam kot družini in otroku, kot članu družine, sodelovanje prinaša. Spoštovanje, dostojanstvo, integriteta, bit – so vodilo tega srečanja.*

### Februar/Marec

#### ČUSTVENA INTELIGENTNOST V DRUŽINI

##### Kdaj in kje?

- 29. 2. 2024 ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana
- 29. 2. 2024 ob 19. uri; spletna izvedba
- 6. 3. 2024 ob 17. uri; spletna izvedba

*Kako zares prisluhnemo drugemu, kako razvijemo empatijo? Kako zacelimo rane, ki nastanejo zaradi nepremišljene besede, dejanja in ponovno vzpostaviti zaupanje? Kako postavljati meje, povedati kaj želimo? Kako slišati drugega ne da bi se pri temu počutili ogroženi, nemočni? Kako doseči svoje brez groženj, poniževanja, kritik. Kako sporočiti z lastnim vzorom otroku/mladostniku, da so odnosi pomembni, da se v njih spleča vlagati, jih graditi in se soočati z izzivi ki nam jih prinašajo.*

## Marec

### VPLIV PARTNERSKEGA ODNOSA NA RAZVOJ OTROKA

#### Kdaj in kje?

27. 3. 2024, ob 17. uri; spletna izvedba

28. 3. 2024, ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

28. 3. 2024, ob 19. uri; spletna izvedba

Za partnerski odnos je normalno, da doživlja vzpone in padce in je tisti prvi, najpomembnejši temelj, iz katerega se napaja starševstvo. Več ko je povezanosti med zakoncema-staršema-bolj bodo zadovoljni njihovi otroci in prijetnejše bo vzdušje v družini. Več ko bo zadovoljstva v družinah, prijetnejša bo družba, v kateri živimo. Vse kar bo doživljal otrok, bodo tako ali drugače začutili tudi starši. Prav prek čutenj bodo starši vedno povezani z otroki. V različnih doživljanjih je še posebej pomembno, da ostanejo povezani z otrokom, da zdržijo z njim in mu pomagajo umiriti njegovo stisko. Najlažje to storijo tako, da se spomnijo svojega otroštva in mladostništva. Kaj so si v podobnih situacijah želeli od svojih staršev, kako so želeli, da bi se ti nanje odzivali? Veliko družinskih terapij se zaključijo v obliki zakonske terapije. Pa ne zato, ker bi bila starša-zakonca-kriva za otrokovo težavo, temveč zato, ker onadva lahko največ naredita za njegovo rešitev, ko se umirita v sebi in se povežeta kot zakonca in starša.

## April

### STARŠI SMO OTROKOM OGLEDALO – VZGOJA Z ZGLEDOM

#### Kdaj in kje?

24. 4. 2024, ob 17. uri; spletna izvedba

25. 4. 2024, ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

25. 4. 2024, ob 19. uri; spletna izvedba

*Ugotavljali bomo, katera naša dejanja najbolj vplivajo na vedenje otroka, katera naša vedenja so za razvoj našega otroka spodbudna, katera pa destruktivna, ugotavljali bomo pomen našega čustvenega odziva ter vpliv tako neverbalne kot tudi verbalne komunikacije. Skupaj bomo iskali povezavo med našim vedenjem/odzivanjem v odnosu in vedenjem/odzivanjem našega otroka.*

## Maj

### UČITI JIH, DA BI BILI SREČNI

#### Kdaj in kje?

16. 5. 2024 ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

16. 5. 2024 ob 19. uri; spletna izvedba

22. 5. 2024 ob 17. uri; spletna izvedba

*Idej o tem, kaj nas bo naredilo srečne, je veliko. Nekateri srečo povezujejo z denarjem, drugi s časom, tretji so morda celo mnenja, da bo sreča že prišla in da jo lahko samo čakamo. Vendar, srečni smo takrat, ko so naše potrebe uravnovešene. Ko vemo, kaj potrebujemo in to tudi imamo.*

*Na delavnici bomo spregovorili o tem, kaj je to sreča in od česa/koga je odvisna, katere potrebe imamo in kako jih zadovoljujemo, o razliki med otrokovo željo in potrebo ter kaj od tega pozitivno vpliva na razvoj samopodobe in samozavesti.*

## Junij

### VZGOJA ZA REŠEVANJE KONFLIKTOV

#### Kdaj in kje?

12. 6. 2024 ob 17. uri; spletna izvedba

13. 6. 2024 ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

13. 6. 2024 ob 19. uri; spletna izvedba

*Velikokrat zaradi stanja, v katerem smo se znašli zaradi konfliktov, ne moremo delovati optimalno. Hkrati pa je to tudi stanje, ki nas žene k spremembam, ki daje možnost za rast vsakega posameznika posebej. Od nas samih je odvisno, kako se bomo na konflikt odzvali. Uspešnost obvladovanja konfliktov je bistvenega pomena za harmonično in konstruktivno sobivanje med starši in otroki. Ključno za uspešno reševanje konfliktov pa je, da se njihove prisotnosti zavedamo in da smo pripravljeni na spremembo lastnega vedenja. Edino na ta način bomo lahko ubrali pot, ki bo bolj kakovostna za uresničevanje trdnega in zaupanja vrednega odnosa med nami in v družini.*

## September

### DRUŽINSKO OKOLJE NAJ BO POLIGON ZA RAZVOJ

#### Kdaj in kje?

18. 9. 2024 ob 17. uri; spletna izvedba

26. 9. 2024 ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

26. 9. 2024 ob 19. uri; spletna izvedba

*Družinsko okolje igra ključno vlogo pri razvoju otrok, tako na socialnem, kot tudi na čustvenem, kognitivnem in fizičnem področju. Skozi družinsko dinamiko otrokom posredujemo, privzgajamo še družinske vrednote, ga učimo odgovornosti in vplivamo na razvoj njegove samopodobe in samozavesti.*

*Različne družine imajo različne vrednote, dinamike in načine vzgoje. Kljub tem razlikam pa je skupna točka, da lahko pozitivno družinsko okolje prispeva k celostnemu razvoju otrok in jim pomaga postati zdravi, srečni in uspešni posamezniki. Na takšen način bomo skupaj raziskovali na tokratnem predavanju.*

## Oktober

### KOMUNIKACIJA V VZGOJI

#### Kdaj in kje?

23. 10. 2024 ob 17. uri; spletna izvedba

24. 10. 2024 ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

24. 10. 2024 ob 19. uri; spletna izvedba

*Poznate učinkovite načine komuniciranja. Kakšna je komunikacija, ki povezuje in hkrati postavlja zdrave meje? Kakšne so razlike med povezovalnim in razdiralnim jezikom? Kaj sporočamo izza besed in kakšne posledice imajo različna sporočila na otrokovo osebnost? Kako komunicirati, da ohranjamo dober stik, da se otrok tudi v težavnih situacijah počuti ljubljenega in sprejetega? Kako delovati, da se bo otrok razvijal v srečno človeško bitje?*

## November

### OTROK IN STISKA – KAKO MU POMAGATI

#### Kdaj in kje?

21. 11. 2024 ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

21. 11. 2024 ob 19. uri; spletna izvedba

27. 11. 2024 ob 17. uri; spletna izvedba

*Otroci se na svoji poti k odraslosti mnogokrat znajdejo v situacijah, ki pri njih zbuja občutek stiske, saj svoje izkušnje šele pridobivajo. Stiske so lahko takšne, da otrokov razvoj podpirajo in krepijo, pa tudi takšne, da njegov razvoj hromijo, zavirajo. Naloga odraslega je, da prepozna tako ene kot tudi druge vrste stisk in da se na njih pravilno odzove.*

*Na tokratnem srečanju se bomo pogovarjali o temu kaj in kako nam otrok svojo stisko sporoča, kako mu lahko pomagamo sami ter tudi o tem kam se obrniti po pomoč, če situacija presega naše zmožnosti.*

## December

### Ravnotežje med zahtevami, pohvalo in kritiko v vzgoji

#### Kdaj in kje?

11. 12. 2024 ob 17. uri; spletna izvedba

12. 12. 2024 ob 17. uri; v prostorih ZPMS, Dimičeva 9, Ljubljana

12. 12. 2024 ob 19. uri; spletna izvedba

*Primerno postavljanje zahtev, izrekanje pohval in kritik je ključnega pomena pri razvoju otroka v samostojnega posameznika. S pravili in zahtevami omejujemo prostor otrok in jih usmerjamo k zastavljenim ciljem in našim predstavam. Z zahtevami otroku predstavljamo možne poti, odpiramo obzorja ter spodbujamo razvoj v smeri, za katere menimo, da so primerne. S pohvalami utrjujemo vzorce vedenj, ki so sprejemljiva, s kritikami pa dajemo sporočila o nezaželenem vedenju.*

*Posvetili se bomo načinu kako otroci sprejemajo naša sporočila ter spoznali možne posledice pomanjkanj sporočil s kateregakoli od naštetih področij.*