

SPA 8170/94/2010

URZĄD MIASTA MARKI
KANCELARIA OGÓLNA

WPLYNĘŁO DNIA

2 E. 2010

OFERTA

ORGANIZACJI POZARZĄDOWEJ

składana na podstawie ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. Nr 96, poz. 873 z późniejszymi zmianami) oraz ustawy z dnia 26 października 1982 roku o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (tekst jednolity Dz. U. z 2007 r. nr 70, poz. 473 z późn. zm.)

**REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO
z zakresu ochrony i promocji zdrowia dotyczących przeciwdziałania
alkoholizmowi i narkomanii**

w okresie od 6 września – do 6 grudnia 2010 roku

**W FORMIE
WSPIERANIA WYKONANIA ZADANIA
PRZEZ**

Burmistrz Miasta Marki
(nazwa organu zlecającego)

WRAZ Z

**WNIOSEM O PRYZNANIE DOTACJI ZE ŚRODKÓW PUBLICZNYCH
W KWOCIE 8000,00 zł**

- I. Dane na temat organizacji pozarządowej*/-podmiotu*/-jednostki organizacyjnej*
pełna nazwa: **Fundacja Otwarte Serce**
- 1) Forma prawna: **fundacja**
Numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub w innym rejestrze: **0000319522**
- 2) NIP **1251518344**
- 3) REGON **141705808**
- 4) Data wpisu lub rejestracji **13.01.2009 r.**
- 5) Dokładny adres: miejscowość:
05-270 Marki, ul. Warszawska 50
Kod: 05-270, gmina: Marki powiat: Wołomiński
województwo: Mazowieckie
- 6) tel. 7990SERCE/799073723
e-mail: fundacja@otwarteserce.pl; <http://otwarteserce.pl>
- 7) Nazwa banku i numer rachunku:
PKO BP I oddział w Markach, 85 1020 1042 0000 8502 0199 2643
- 8) Nazwiska i imiona oraz funkcje*/stanowiska* osób statutowo upoważnionych do reprezentowania organizacji pozarządowej*/-podmiotu*/-jednostki organizacyjnej*/ w kontaktach zewnętrznych i posiadających zdolność do podejmowania zobowiązań finansowych w imieniu organizacji pozarządowej*/-podmiotu*/-jednostki organizacyjnej*/ (zawierania umów).
Prezes Fundacji Urszula Głowacka, Wiceprezes Fundacji Dariusz Afrykański
- 9) Nazwa, adres i telefon kontaktowy placówki bezpośrednio wykonującej zadanie, na które organizacja ubiega się o uzyskanie dotacji:
Młodzieżowy Klub Socjoterapeutyczny „Otwarte Serce”, ul. Spokojna 9, 05-270 Marki.
tel. 7990klub1/799055821
- 10) Osoba upoważniona do składania wyjaśnień i uzupełnień dotyczących oferty (imię i nazwisko oraz nr telefonu kontaktowego)
Urszula Głowacka tel.511 268743

II. Opis zadania

1. Nazwa zadania

Projekt „Wiem-rozumiem-jestem”

2. Miejsce wykonywania zadania

ul. Spokojna 9, 05-270 Marki.

3. Jednostka wykonująca bezpośrednio zadanie, o którym mowa w projekcie

Fundacja Otwarte Serce

4. Koordynator projektu, osoba upoważniona do składania wyjaśnień i uzupełnień dotyczących oferty (imię i nazwisko oraz nr telefonu kontaktowego)

Urszula Głowacka tel.511 268 743

5. Cel zadania

Wzmocnienie i wsparcie rodziny oraz ochrona dziecka przed używaniem substancji psychoaktywnych oraz zachowań ryzykownych.

6. Szczegółowy opis działania

Warsztaty umiejętności wychowawczych skierowane są dla rodziców i ich dorastających dzieci w wieku 12-18 lat, pochodzących z terenu miasta Marki.

Młodzież w wieku adolescencji przeżywa okres buntu i dąży do niezależności od rodziców, co staje się powodem napięć i konfliktów. Rodzic na tym etapie rozwojowym swego dziecka często nie jest świadomy zagrożeń związanych z tendencją nastolatka do eksperymentowania, zażywania używek oraz substancji psychoaktywnych. Rodzice borykają się z problemami zaniedbywania przez dziecko obowiązku szkolnego, niezrozumiałego zachowania w domu, szybkiego wchodzenia w konflikt.

Towarzystwo dziecka w jego dorastaniu stawia przed rodzicami nowe wyzwania, którym muszą jak najlepiej sprostać.

Projekt „Wiem-rozumiem-jestem” jest wsparciem dla rodziców na etapie dojrzewania ich dzieci. Służy wzmocnieniu rodziny oraz ochronie dziecka przed używaniem substancji psychoaktywnych oraz zachowań ryzykownych. Daje podstawy profilaktyki oraz uczy umiejętności wychowawczych.

Zajęcia z rodzicami i ich dziećmi prowadzone będą w oparciu o autorski program warsztatów umiejętności wychowawczych Fundacji Otwarte Serce.

W warsztatach może wziąć udział od 7 do 10 rodzin. Zajęcia odbywać się będą przez okres 3 miesięcy, dla dwóch grup (łącznie 12 godzin zajęć warsztatowych – po 6 spotkań dla każdej z grup, oraz 12 godzin zajęć indywidualnych, poradnictwa, konsultacji). Czas trwania zajęć: dwie godziny. Każdy rodzic zobowiązany jest do co najmniej 80%

frekwencji.

I DZIEŃ - 2h/sesja warsztatowa (zajęcia tematyczne) - godz. 17-19.

II DZIEŃ - 2h/praca indywidualna z rodzicami, konsultacje, porady - godz. 17-19.

W grudniu planowane są również dwa wydarzenia wspólne dla obydwóch grup warsztatowych: psychoedukacja w terenie z programem profilaktycznym dla rodziców oraz kończące zajęcia warsztatowe „Mikołajki” dla rodziców i dzieci.

SESJA WARSZTATOWA

Sesja warsztatowa obejmuje zajęcia z rodzicami i zajęcia z dziećmi. Pierwsza godzina sesji przewiduje zajęcia osobno dla rodziców i osobno dla dzieci. Druga godzina to zajęcia wspólne: rodzic – dziecko.

Tematy zajęć warsztatowych:

1. Emocje.
2. Treści urazowe i korygujące.
3. Komunikacja pozytywna rodzic-dziecko.
4. Profilaktyka uzależnień.

Zajęcia mają za zadanie przekazać konkretną wiedzę z zakresu profilaktyki uzależnień oraz metod pomocnych w wychowaniu dziecka oraz umożliwić rodzicom praktyczne ich zastosowanie poprzez ćwiczenia w grupie, trening ze swoim dzieckiem, prace domowe.

Zajęcia w dużej mierze nastawione są na budowanie poprawnych relacji rodzic – dziecko. Rodzice wydolni wychowawczo, to rodzice, którzy potrafią czerpać z własnego doświadczenia i potencjału. Dlatego warsztaty umiejętności wychowawczych uwzględniają również pracę rodziców nad sobą, poszukiwania swojej wartości, korygowania stosunku do własnej osoby oraz świadomości własnych emocji.

PRACA INDYWIDUALNA

Oprócz zajęć w grupie, warsztaty umiejętności wychowawczych przewidują możliwość pracy indywidualnej. Dotyczy to zwłaszcza tych rodziców, którzy potrzebują indywidualnego kontaktu z prowadzącymi lub stanowi to jedyną możliwą formę podjęcia warsztatów (niezdolność do pracy w grupie, względy osobiste). Czas pracy indywidualnej jest okazją do przeprowadzenia lub pogłębienia tematyki zajęć na bazie kontaktu bezpośredniego: rodzic – prowadzący oraz rodzic-dziecko-prowadzący.

PORADNICTWO, KONSULTACJE

Warsztaty przeznaczają dodatkowy czas do dyspozycji uczestników. Stwarza on przestrzeń dla rozmów indywidualnych, zadawania pytań, konsultacji, poradnictwa. Jest to szczególnie ważne w budowaniu relacji zaufania pomiędzy uczestnikami a prowadzącymi oraz stanowi uzupełnienie zajęć tematycznych w grupie.

METODY:

- Filmy DVD
- Ćwiczenia warsztatowe

- Ćwiczenia - „Metoda strzałkowa”
- Ankieta
- Drama
- Arteterapia
- Dyskusje
- Gry i zabawy
- Prezentacje
- Materiały z zakresu poradnictwa: ulotki, plakaty

1. Zakładane rezultaty realizacji zadania.

- Udzielania wsparcia rodzinie, wzmocnienie więzi rodzinnych.
- Profilaktyka rodziny.
- Przeprowadzenie przez rodziców analizy swych kompetencji opiekuńczo-wychowawczych.
- Nabycie świadomości siebie jako rodzica i wzrost umiejętności wychowawczych rodziców.
- Lepsze zrozumienie siebie i swych zachowań (rodzic wobec dziecka/dziecko wobec rodzica).
- Pomoc rodzicom w lepszym poznawaniu swoich dzieci (ich potrzebom problemów, myślenia , zainteresowań).
- Umiejętność poprawnej komunikacji rodzic-dziecko, poprawa relacji.
- Wymiana doświadczeń.
- Nauka rozmowy w sytuacjach konfliktowych.
- Nauka używania komunikatu „ja”.
- Integracja rodziny.

W celu sprawdzenia efektywności programu zostanie stworzona i przeprowadzona anonimowa ankieta uczestników projektu „Wiem-rozumiem-jestem” zarówno dla rodziców jak i dla dzieci.

2. Harmonogram planowanych działań /z podaniem terminów ich rozpoczęcia i zakończenia/ wraz z liczbowym określeniem skali działań planowanych przy realizacji zadania /należy użyć miar adekwatnych dla danego zadania, np. liczba świadczeń udzielanych tygodniowo, miesięcznie, liczba adresatów/ (Z podziałem na działania odzwierciedlone w kosztorysie).

WRZESIEŃ

- Rekrutacja, przygotowanie ulotek, współpraca ze szkołami.
- Film „Mama na obcasach”, integracja przy kawie i herbacie, wprowadzenie w warsztaty, wspólne podsumowanie filmu.

EMOCJE

- Rozpoznawanie emocji, nauka ich wyrażania, improwizacja.

PAŹDZIERNIK

TREŚCI URAZOWE I TERŚCI KORYGUJĄCE

- Rozpoznawanie treści urazowych i próba ich zastępowania treściami korygującym, „metoda strzałkowa”, teatr forum.

LISTOPAD

KOMUNIKACJA

- Komunikacja pozytywna rodzic – dziecko: komunikaty „ja”, blokady komunikacyjne, sztuka negocjacji, asertywność.

GRUDZIEŃ

PROFILAKTYKA

- Filmy z zakresu profilaktyki uzależnień, jak chronić własne dziecko?
- „Rodzice dzieciom, dzieci rodzicom.” – Integracja rodziny - „Mikołajki”
- „Poszerzamy horyzonty.” – psychoedukacja w terenie z programem profilaktycznym dla rodziców.

III. Kalkulacja przewidywanych kosztów realizacji zadania

1. Całkowity koszt zadania **9900,00zł [100%]**

	Rodzaje kosztów merytoryczne i administracyjne związane z realizacją zadania	Ilość jednostek	Koszt jednostkow.	Rodzaj miary	Koszt całkowity	Z tego z wnioskowanej dotacji	Z tego z finansowych środków własnych, z innych źródeł
1	administracja	3	100	m-c	300	300	0
2	opłata usługi księgowej	3	200	m-c	600	600	0
3	warsztaty z rodzicami 1 os./1h/50zł/1 dzień	3	50	godz.	600	600	0
3	warsztaty z dziećmi 1 os./1h/50zł/1 dzień	3	50	godz.	600	600	0
3	warsztaty rodzic-dziecko 2os/1h/50zł/1dzień	3	50	godz.	900	900	0
3	warsztaty-praca indywidualna, poradnictwo 2os/2h/50zł/1dzień	3	50	godz.	2400	2400	0
4	psychoedukacja z programem profilaktycznym	1	n.d	usługa	3000	2000	1000
5	Mikołajki -prezenty dla uczestników	1	n.d	kompl.	200	0	200
6	Materiały szkoleniowe; flipchart, biurowe	1	n.d	kompl.	400	400	100
7	rekrutacja-ulotki	1	n.d	kompl.	100	0	100
8	pomoce edukacyjne - filmy	1	n.d	kompl.	300	200	100
8	telefon		50		200	0	200
9	podwieczorek-dożywianie	3	100	m-c	300	0	300
13	ogółem				9900	8000	2000

IV. Przewidywane źródła finansowania zadania:

Źródło finansowania	kwota	%
Wnioskowana kwota dotacji	8 000,00zł	80%
Środki własne Darowizna Prywatni sponsorzy	2000,00zł	20%
Ogółem	9900,00zł	100%

1. Uwagi mogące mieć znaczenie przy ocenie kosztorysu

Dla zmotywowania rodziców zwłaszcza potrzebujących wsparcia, wzmocnienia więzi rodzinnych oraz poprawy relacji z dzieckiem, planowany jest 1,5 dniowy wyjazd (psychoedukacja w terenie) z programem profilaktycznym i tematycznym spotkaniem szkoleniowym ze specjalistą ds. uzależnień.

W celu realizacji zadania odbędzie się rekrutacja rodziców. Planowane jest przygotowanie ulotek z informacją o projekcie.

2. Rzeczowy /np. lokal, sprzęt, materiały/ oraz osobowy /np. wolontariusze/ wkład własny w realizację zadania z orientacyjną wyceną.

Projekt realizowany będzie w placówce socjoterapeutycznej Fundacji Otwarte Serce w Markach przy ul. Spokojnej 9. Do przeprowadzenia zajęć warsztatowych dla rodziców zostaną zaadaptowane dodatkowe pomieszczenia budynku. Zajęcia dla dzieci odbywać się będą w sali przeznaczonej do zajęć socjoterapeutycznych.

3. Zasoby kadrowe

Urszula Głowacka – mgr pedagogiki (specjalizacja rewalidacja / resocjalizacja), arteterapeuta, socjoterapeuta, asystent rodzinny. Szkolenia z zakresu choreoterapii, socjoterapii i profilaktyki uzależnień, problemów z ADHD. Wieloletnie doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą z rodzin dysfunkcyjnych i z problemem alkoholowym oraz rodzinami, a także pracy z „Dziećmi Ulicy” w Ameryce Łacińskiej.

Doświadczenie w opracowaniu i realizacji warsztatów dla rodziców.

Zajęcia warsztatowe z rodzicami z profilaktyki, metodą arteterapii, poradnictwo.

Karolina Anna Kwaśniewska – mgr edukacji medialnej i dziennikarstwa, kurs pedagogiczny.

Szkolenia z zakresu pracy zespołu interdyscyplinarnego w gminie i profilaktyki uzależnień, treningu twórczości, dramy w przeciwdziałaniu dyskryminacji, dramy stosowanej.

Doświadczenie pracy z dziećmi i młodzieżą z rodzin dysfunkcyjnych.

Zajęcia warsztatowe z dziećmi z profilaktyki, metodą dramy.

Oświadczam(- my), że:

- 1) proponowane zadanie w całości mieści się w zakresie działalności naszej organizacji pozarządowej*/ podmiotu*/jednostki organizacyjnej*/,
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy pobieranie*/niepobieranie* opłat od adresatów zadania,
- 3) organizacja pozarządowa*/~~podmiot*/~~ ~~jednostka organizacyjna*/~~ jest związana niniejszą ofertą przez okres do dnia podpisania umowy.
- 4) wszystkie podane w ofercie informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym.

**FUNDACJA
OTWARTE SERCE**
05-270 Marki, ul. Warszawska 50
REGON: 141705808
NIP 1251518344

(pieczęć organizacji pozarządowej*/ podmiotu*/ jednostki organizacyjnej*)

**FUNDACJA
OTWARTE SERCE**

Urszula Głowacka
PREZES FUNDACJI

.....
(podpis osoby upoważnionej lub podpisy osób upoważnionych do składania oświadczeń woli w imieniu organizacji pozarządowej*/ podmiotu*/ jednostki organizacyjnej*)

V. Załączniki:

1. Aktualny odpis/wyciąg z rejestru.
2. Autorski Program Warsztatów Umiejętności Wychowawczej dla Rodzin.

PROGRAM WZMACNIANIA RODZINY

WARSZTATY UMIEJĘTNOŚCI WYCHOWAWCZYCH

Fundacja Otwarte Serce

opracowały:

Urszula Głowacka

Karolina Anna Kwaśniewska

PROGRAM WZMACNIANIA RODZINY WARSZTATY UMIEJĘTNOŚCI WYCHOWAWCZYCH

Wprowadzenie:

Warsztaty umiejętności wychowawczych skierowane są dla rodziców i ich dorastających dzieci w wieku 12-18 lat, pochodzących z terenu miasta Marki.

Program zajęć opracowany został tak, aby stanowił wsparcie dla rodziców, którzy stają przed nowymi wyzwaniami wynikającymi z okresu dojrzewania ich dzieci. Jego nadrzędnym celem jest wzmocnienie rodziny i ochrona dziecka przed używaniem substancji psychoaktywnych oraz zachowań ryzykownych.

Program daje podstawy profilaktyki oraz uczy umiejętności wychowawczych.

W warsztatach bierze udział od 7 do 10 rodzin. Zajęcia odbywają się dla dwóch grup (12 spotkań - 6 dla każdej z grup oraz 12 spotkań indywidualnych, poradnictwo, konsultacje).

Czas trwania zajęć: dwie godziny. Każdy rodzic zobowiązany jest do udziału w warsztatach co najmniej w 80% frekwencji.

SESJA WARSZTATOWA

Sesja warsztatowa obejmuje zajęcia z rodzicami i zajęcia z dziećmi. Pierwsza godzina sesji przewiduje zajęcia osobno dla rodziców i osobno dla dzieci. Druga godzina to zajęcia wspólne: rodzic – dziecko.

PRACA INDYWIDUALNA

Oprócz zajęć w grupie, warsztaty umiejętności wychowawczych przewidują możliwość pracy indywidualnej. Dotyczy to zwłaszcza tych rodziców, którzy potrzebują indywidualnego kontaktu z prowadzącymi lub stanowi to jedyną możliwą formę podjęcia warsztatów (niezdolność do pracy w grupie, względy osobiste). Czas pracy indywidualnej jest okazją do przeprowadzenia lub pogłębienia tematyki zajęć na bazie kontaktu bezpośredniego: rodzic – prowadzący oraz rodzic-dziecko-prowadzący.

PORADNICTWO, KONSULTACJE

Warsztaty przeznaczają dodatkowy czas do dyspozycji uczestników. Stwarza on przestrzeń dla rozmów indywidualnych, zadawania pytań, konsultacji, poradnictwa. Jest to szczególnie ważne w budowaniu relacji zaufania pomiędzy uczestnikami a prowadzącymi oraz stanowi uzupełnienie zajęć tematycznych w grupie.

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ WARSZTATOWYCH

WARSZTAT I

Temat: WPROWADZENIE DO ZAJĘĆ.

Cel: Wprowadzenie w tematykę warsztatów, zapoznanie, ćwiczenia integrujące.

ZAJĘCIA Z RODZICEM I DZIECKIEM

- wprowadzenie w warsztaty,
- wprowadzenie do filmu,
- film „Mama na obcasach”, integracja przy kawie i herbacie,
- omówienie filmu, dyskusja.

Praca domowa: Stworzyć listę wszystkich emocji, jakie znam.

WARSZTAT II

Temat: EMOCJE.

Cel: Rozpoznawanie emocji, nauka ich wyrażania.

ZAJĘCIA Z RODZICEM

- Omówienie pracy domowej i tworzenie wspólnej listy emocji.

Wprowadzenie:

- nauka rozpoznawania emocji.
- Sztuka wyrażania emocji - droga emocjonalna: nazywać – akceptować – używać zgodnie z instrukcją.
- Mechanizmy obronne: projektowanie, wypieranie, kumulacja.

Ćw.1. „Twarze”.

Ćw.2. Gra w karty.

Praca domowa: „wyzwalacze złości”.

ZAJĘCIA Z DZIECKIEM

Wprowadzenie:

- rozpoznawanie emocji (przypomnienie).
- Rozgrzewka.

Ćw.1. Budujemy drogę emocjonalną: ćwiczenie polegające na utworzeniu drogi emocjonalnej z uczestników zajęć.

Ćw.2. Mechanizmy obronne: technika dramy „improwizacja”.

Ćw.3. „Galeria emocji”: technika dramy.

ZAJĘCIA Z RODZICEM I DZIECKIEM

Ćw.1. „Historie” (karty „OH”- rozpoznawanie emocji) - wszyscy uczestnicy.

Ćw.2. „Scenki rodzinne” - ćwiczenia kolejno rodzic/dziecko.

Podsumowanie warsztatów: „Barometr emocjonalny” - *Z czym kończę?*

WARSZTAT III

Temat: TREŚCI URAZOWE I TERŚCI KORYGUJĄCE

Cel: Rozpoznawanie treści urazowych i próba ich zastępowania treściami korygującymi (np. „nie chce mi się”, „nie potrafię”, „i tak mi się nie uda”, „nie nadaję się”, „jestem do niczego”).

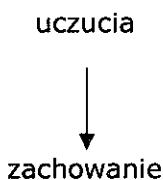
ZAJĘCIA Z RODZICEM

- Omówienie pracy domowej.

Wprowadzenie:

Treści urazowe – powtarzająca się urazowa myśl o sobie samym napędza uczucia i określone zachowania (uruchamia się mechanizm błędnego myślenia)

Negatywne myślenie o samym sobie powoduje destrukcję zachowania (zaburzone zachowanie wywołuje negatywne emocje; złość, kłótnie, oskarżanie, obwinianie za swoje pomyłki,...



Treści korygujące - „wdrukowanie” sposobu myślenia, które rozwija się w sposób pozytywny

Ćw.1. „Metoda strzałkowa”

- „jestem gorszy od innych”,
- „sam sobie muszę zawsze radzić”,
- „i tak mnie nic dobrego w życiu nie spotka”.

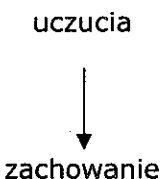
Praca domowa: „moja wizytówka”.

ZAJĘCIA Z DZIECKIEM

Wprowadzenie:

Treści urazowe – powtarzająca się urazowa myśl o sobie samym napędza uczucia i określone zachowania (uruchamia się mechanizm błędnego myślenia)

Negatywne myślenie o samym sobie powoduje destrukcję zachowania (zaburzone zachowanie wywołuje negatywne emocje; złość, kłótnie, oskarżanie, obwinianie za swoje pomyłki,...



Treści korygujące - „wdrukowanie” sposobu myślenia, które rozwija się w sposób pozytywny

Ćw.1. „Metoda strzałkowa”

- „nikomu nie jestem potrzebny”,
- „dorośli nie rozumieją moich potrzeb”,
- „sam sobie muszę zawsze radzić”.

ZAJĘCIA Z RODZICEM I DZIECKIEM

Ćw.1. „Metoda strzałkowa”

- „świat jest niebezpieczny i nikomu nie można ufać”.

Ćw.2. Wspólne przekształcanie treści urazowych na treści korygujące (relacja rodzic – dziecko): technika dramy „teatr forum” + „improwizacja”.

Ćw.3. „Bajka o ciepłym i puchatym”.

Podsumowanie warsztatów: *Z czym kończę?* – wybór pozytywnego przekazu dla siebie (np. „mogę wszystko”, „potrafię”, „mogę wiele oferować”, „jestem wartościowy”, „uda mi się”, „życie jest piękne”).

WARSZTAT IV

Temat: KOMUNIKACJA

Cel: Umiejętność poprawnej komunikacji rodzic-dziecko, poprawa relacji.

ZAJĘCIA Z RODZICEM

- Omówienie pracy domowej.

Wprowadzenie:

- style komunikacji: bierna, agresywna, asertywna
- Blokady komunikacyjne.
- Techniki aktywnego słuchania – czytelność przekazu.
- Komunikaty „ja”: zachowanie – skutek – uczucie.

Ćw. 1. Tworzenie komunikatów „ja” – „Historia” (praca w parach)

Ćw.2. Komunikat „ja”/komunikat „ty”

„kiedy robisz to,... kiedy się tak zachowujesz ,...to „ja” ,... ”

Komunikat „ty”: „zawsze mi przerywasz”, „przestań” ,... ”

Ćw.3. Sztuka negocjacji – ćwiczenia w parach.

Praca domowa: Moja widza o substancjach psychoaktywnych (mini quiz).

ZAJĘCIA Z DZIECKIEM

- Rozgrzewka.
- Uległość, agresja a asertywność – technika dramy „teatr obrazu”.
- Komunikaty „ja”: zachowanie – skutek – uczucie.
- Blokady komunikacyjne.

Ćw. 1 „Głuchy telefon”.

Ćw. 2 „Co ona robi?” – zabawa polegająca na odczytaniu danej czynności z gestów innej osoby.

Ćw.2. Komunikat „ja”/komunikat „ty”

„kiedy robisz to,... kiedy się tak zachowujesz ,...to „ja”,...

Komunikat „ty”: „zawsze mi przerywasz”, „przestań”,..

Ćw. 3 Sztuka negocjacji – ćwiczenia w parach.

ZAJĘCIA Z RODZICEM I DZIECKIEM

Ćw. 2 Aktywne słuchanie – scenki demonstrujące czynniki utrudniające słuchanie drugiej osoby (rodzic – dziecko).

Ćw.2. Komunikat „ja”/komunikat „ty”

„kiedy robisz to,... kiedy się tak zachowujesz ,...to „ja”,...

Komunikat „ty”: „zawsze mi przerywasz”, „przestań”,..

Ćw.3.Sztuka negocjacji - ćwiczenia rodzic – dziecko.

Podsumowanie warsztatów: Z czym kończę? – wybór koloru.

WARSZTAT V

Temat: PROFILAKTYKA

Cel: Uświadomienie rodzicom zagrożeń płynących ze stosowania przez dziecko substancji psychoaktywnych oraz zachowań ryzykownych.

ZAJĘCIA Z RODZICEM I DZIECKIEM

Wprowadzenie do filmu.

- Filmy z zakresu profilaktyki uzależnień, jak chronić własne dziecko?
- Omówienie filmu, dyskusja.

Praca domowa: Przynieść ulubiony kwiat (prawdziwy lub jego obraz).

WARSZTAT VI

Temat: INTEGRACJA - PODSUMOWANIE ZAJĘĆ.

Cel: Wymiana doświadczeń. Integracja rodziny.

ZAJĘCIA Z RODZICEM

Wprowadzenie:

- Piękno w różnorodności: kwiaty.
- Bajka o zwierzątkach i szkole.

Ćw. 1 „Jestem darem” – uczestnicy wypisują na karcie każdej osoby coś miłego, co im się w niej podoba lub za co chcieli by podziękować.

- Co mogę dać swojemu dziecku?

Ćw. 1 „Rodzice dzieciom” – wykonanie symbolicznego prezentu dla swojego dziecka.

ZAJĘCIA Z DZIECKIEM

Rozgrzewka

- Piękno w różnorodności: kwiaty.
- Bajka o zwierzątkach i szkole.
- **Ćw. 1 „Jestem darem”** – uczestnicy wypisują na karcie każdej osoby coś miłego, co im się w niej podoba lub za co chcieli by podziękować.
- Co mogę dać swojemu rodzicu?

Ćw. 2 „Dzieci rodzicom” – wykonanie symbolicznego prezentu dla swojego rodzica.

ZAJĘCIA Z RODZICEM I DZIECKIEM

Integracja rodziny „Rodzice dzieciom, dzieci rodzicom” – Mikołajki:

- tworzenie kwiecistej łąki,
- obdarowanie prezentami,
- poczęstunek,
- zabawy integracyjne.

Ćw.3. „Sklepik z uczuciami”.

Podsumowanie warsztatów: Z czym kończę te warsztaty? – skrzynia skarbów.

ZAJĘCIA DODATKOWE PODCZAS WARSZTATÓW:

1. PSYCHOEDUKACJA W TERENIE Z PROGRAMEM PROFILAKTYCZNYM DLA RODZICÓW:
„POSZERZAMY HORYZONTY”.

Cel: Przeprowadzenie programu szkoleniowego z zakresu profilaktyki i uzależnień.

2. **„MIKOŁAJKI”** – impreza okolicznościowa w placówce dla rodziców i dzieci.

Cel: integracja rodziny.