

# Jak być dobrym rodzicem?

Data publikacji: 18.01.2010 12:45

□

**Centrum Profilaktyki, Edukacji i Terapii „Kontakt” z Cieszyna serdecznie zaprasza do wzięcia udziału w grupie wsparcia dla rodziców.**

„Nie zapominaj, że najlepsza rzecz, na jaką będzie cię stać przez większość dni, to bycie dostatecznie dobrym rodzicem”- to motto, które będzie towarzyszyło osobom, które wezmą udział w zajęciach grupy wsparcia dla rodziców, które organizuje Centrum Profilaktyki, Edukacji i Terapii „Kontakt” z Cieszyna. W ramach zajęć osoby, które są rodzicami, opiekunami albo zamierzają nimi zostać dowiedzą się jak: znaleźć siły do bycia rodzicem, lepiej poznać własne dziecko i zrozumieć co nim kieruje, poznać najczęstsze błędy popełniane przez kochających rodziców, nie wpaść w „pułapkę nadopiekuńczości”, nauczyć dziecko szacunku dla siebie i innych, nauczyć się bycia konsekwentnym, pozbyć się lub zmniejszyć poczucie winy, będące często stałym towarzyszem rodzica, poznać innych rodziców i wymienić doświadczenie. Będzie też można w atmosferze wzajemnego wsparcia podzielić się swoimi trudnościami.

Cykl 12 spotkań, które będą odbywać się co poniedziałek w godzinach od 16.00- 17.30 rozpoczyna się 8 lutego. Zajęcia prowadzi będzie psycholog Katarzyna Krauer. Zapisy w CEPiT „Kontakt” ul. Ks. Janusza 3 lub pod nr. 033 479 54 55.

KOD