**Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Nr 8**

00-739 Warszawa, ul. Stępińska 6/8, tel.\fax 22 841 14 23

[www.ppp8.pl](http://www.ppp8.pl); info@ppp8.pl

**Oddział Postdiagnostyczny Poradni**

02-760 Warszawa, ul. Kaspijska 16A, tel.\fax 22 642 69 20

**Adres do korespondencji: 02-760 Warszawa, ul. Kaspijska 16A**

**Szanowni Rodzice!**

**Zapraszamy do udziału w ,,Coachingu Rodzicielskim” indywidualnym oraz grupowym.**

Coaching rodzicielski to proces, którego celem jest wspieranie rodzica w dokonaniu zamierzonych zmian w relacjach rodzinnych, w oparciu o własne zasoby, umiejętności i doświadczenie. Coaching rodzicielski, to forma pomocy, która opiera się na współpracy coacha z rodzicem, po to aby rodzic mógł skuteczniej rozwiązywać problemy wychowawcze dnia codziennego i wspierać rozwój swojego dziecka. To forma wspierania rodziny, inspirowania do działania w oparciu o mocne strony rodziny. Coaching rodzicielski jest partnerską relacją rodzica z coachem, nastawioną na poszukiwanie rozwiązań, dokonanie zmiany i podjęcie działań zmierzających do poprawy sytuacji w rodzinie.

Coaching jest sposobem na poszukiwanie nowych rozwiązań, nie polega na dawaniu rad przez coacha.

Spotkania rodzica z coachem pomagają rodzicom umacniać więzi między nim a dzieckiem. Podczas spotkań rodzice poszukują sposobów na rozwiązywanie konfliktów w rodzinie, nawiązywanie głębszych i cieplejszych relacji z dzieckiem, motywowanie dziecka do posłuszeństwa. Rodzice uczą się, jak odkrywać i rozumieć potrzeby dziecka. Sesje coachingowe inspirują rodziców do poszukiwania sposobów na podnoszenie samooceny dziecka, dzięki czemu rodzice pomagają dzieciom budować poczucie własnej wartości, rozwijać zainteresowania, rozwiązywać konflikty w szkole. To czas dla rodziców na nabieranie pewności siebie w roli rodzica, naukę wyznaczania granice, doskonalenie umiejętności bycia konsekwentnym.

Efektem coachingu jest wzmocnienie więzi w rodzinie.

**Indywidualne sesje coachingowe,** to spotkania jednego rodzica z coachem. Trwają ok. 50 min. Spotkania odbywają się co 2 tygodnie. Przewidywana ilość spotkań przeznaczonych na jednego rodzica to 8-10 sesji. Spotkania coachingowe indywidualne odbywają się w czwartki w godzinach 17.00-20.00 oraz w piątki 16.00-18.00 w Poradni na ul. Kaspijskiej 16A.

**Coaching grupowy,** to spotkania podczas, których coach wspólnie z grupą rodziców omawia problemy wychowawcze. Każdy z rodziców zastanawia się, w jaki sposób może doskonalić umiejętności rodzicielskie, później na forum wraz z grupą omawia swoje pomysły, wątpliwości, inspiruje się od innych rodziców. Spotkania grupowe odbywają się co 2-3 tygodnie. Przewidywana ilość spotkań 6-8 sesji. Spotkania grupowe odbywają się w czwartki w godzinach 17.00-19.30 w Poradni na ul. Kaspijskiej 16A.

Sesje coachingowe indywidualne i grupowe prowadzi: mgr Magdalena Białobrzeska (psycholog, coach ICF (ACC), coach kryzysowy).