

Program JA A MAMA

Dĺžka programu: 8 hodín

Realizácia: osobne, alebo online cez aplikáciu ZOOM

Ponúkame edukáciu a 10 ročné skúsenosti s realizáciou programu

Program, ktorý vytvorili geštalt terapeutky Dušana Karlovskej a Natálie Krovancovej z Fenestra, je určený pre matky s deťmi, ktoré prežili domáce násilie v rodine. Domáce násilie ovplyvňuje aj vzájomný vzťah mama – deti a pomáha ozdraviť rodinné väzby. Násilná osoba používa množstvo stratégií, ktorými narúša vzťahy medzi rodinnými príslušníkmi a preto je dôležité ošetriť poruchy pripútania a posilniť attachment – vzťahovú väzbu medzi deťmi a rodičmi.

Interaktívny program obsahuje 2 časti:

1. časť - edukatívna – Žijeme spolu bez násilia, kde sa pomenúva domáce násilie, vplyv násilia na dospelé zneužívané osoby, na deti, prežívanie detí, potreby detí žijúcich v násilnej situácii, vplyv násilia na vzájomný vzťah mamy a dieťaťa vo vzťahu k otcovi.
2. časť - obsahuje 46 aktivít rozdelených do 13 kapitol. Každá kapitola sa venuje jednej konkrétnej téme - 1. Úvod k aktivitám, 2. Vzájomné poznávanie, 3. Prežívanie, 4. Potreby, 5. Hranice, 6. Rešpekt, 7. Dôvera, 8. Podpora, 9. Láska, 10. Otvorená komunikácia, 11. Násilie, 12. Bezpečie, 13. Spoločné trávenie voľného času. Účastníci programu pracujú tak, že sa 1 x týždenne stretávajú s odborníkom a spoločne absolvujú postupné aktivity. Zároveň dostanú absolvovať aktivitu dieťa a mama na doma. Tieto stretnutia pomáhajú matke a dieťaťu lepšie komunikovať a prečítať vzájomné reakcie a správanie, dávajú podnety a edukujú, budujú a posilňujú vzájomný vzťah mamy a dieťaťa.

Program pomáha predchádzať poruchám správania u detí. Mama je účastníka aktivity a aktívne podporuje vzťahovú väzbu s dieťaťom. Matky si zároveň zvyšujú svoje rodičovské kompetencie. Tiež sa rovnako zvyšujú sociálne kompetencie dieťaťa.

Zdroj:

KARLOVSKÁ, D., KROVANCOVÁ, N.2008. Žijeme spolu bez násilia. Košice: Záujmové združenie žien Fenestra

KARLOVSKÁ, D., KROVANCOVÁ, N.2008.Ja a mama. Košice: Záujmové združenie žien Fenestra