

Stowarzyszenie "Niebieska Przystań" zaprasza na warsztaty:



**Jak łatwiej żyć i znaleźć równowagę
wspierając neuroróżnorodne dziecko?
Warsztaty dla specjalistów i rodziców.**

PROWADZĄCE:	Joanna Jakś, Aleksandra Kowalik	CZAS I MIEJSCE:
ORGANIZATOR:	Stowarzyszenie na Recz Dzieci i Osób z Autyzmem "Niebieska Przystań" w Głogowie	<u>07 - 08 czerwca</u> <u>w godz. 10-16</u>
UCZESTNICZY:	rodziców, opiekunów, nauczycieli, specjalistów	ul. Bolesława Krzywoustego 10 Głogów

WPROWADZENIE:

Wsparcie dziecka czasami bywa wyzwaniem, do którego nie zawsze zostaliśmy dobrze przygotowani. Niezależnie od tego czy jesteśmy specjalistą, rodzicem czy łączymy obie role, możemy doświadczać bezradności lub frustracji.

Neuroróżnorodne dziecko - rozwijające się w spektrum autyzmu, z ADHD, dysleksją czy niepełnosprawnością intelektualną stawia nas, dorosłych, przed koniecznością poszukiwania nietypowych rozwiązań. Poszukujemy wiedzy, metod, praktycznych rozwiązań, które ułatwią dziecku i nam pokonywanie codziennych trudności. Często zdarza się, że to co robimy - nie działa. Bywamy zmęczeni, doświadczamy bezradności, czasem złościćmy się na siebie, rzeczywistość lub dziecko.

Znamy te uczucia, bo zdarza nam się ich doświadczać, szczególnie gdy:

- mamy za mało snu,
- stosujemy zalecane działania i metody wychowawcze a one nie przynoszą rezultatu,
- szukamy wsparcia i wiedzy, ale często zdobywane informacje wzajemnie się wykluczają,
- przeżywamy razem z dzieckiem wiele intensywnych emocji,
- nie dostaliśmy wspierającej lub wystarczającej informacji o tym, co oznacza diagnoza naszego dziecka w praktyce,

- trudniej nam znaleźć innego rodzica, który ma podobne doświadczenia,
- doświadczamy długotrwałego stresu w innych obszarach życia,
- boimy się o przyszłość naszych dzieci lub samodzielność tych, które wspieramy jako specjaliści,
- bywamy osamotnieni w swojej codzienności zawodowej lub rodzicielskiej.

O WARSZTATACH:

- Dedykujemy je równocześnie specjalistom, nauczycielom i rodzicom. Mamy doświadczenie, że wspólna praca pozwala lepiej wzajemnie się rozumieć, bo patrzymy w bezpiecznej atmosferze, na sytuacje z różnych perspektyw. Widzimy też, jak ogromna jest potrzeba wspierania osób dorosłych, które towarzyszą osobom neuroróżnorodnym w codziennych wyzwaniach.
- Spotykamy się dzięki dzieciom, a w efekcie poznajemy również swoje własne potrzeby i strategie, które wspierają nasze zasoby.
- Uczymy się konkretnych sposobów działania, które pomagają odkrywać jakie potrzeby stoją za dziecięcymi strategiami ich zaspakajania.
- Sprawiamy, że trudne momenty naszego życia stają się łatwiejsze, bo zdobywamy nowe spojrzenie na to, jak możemy sobie radzić w różnych sytuacjach.
- Budujemy sieć wsparcia społecznego – grupę osób, która mówi wspólnym językiem, którym jest praktyczny język potrzeb.

CZEGO SIĘ NAUCZYMY?

- Jak szukać potrzeb za zachowaniami dziecka.
- Potrzeby a strategie – dlaczego dziecięce pomysły na zadbanie o siebie, to co innego niż dziecięce potrzeby.
- Jak działać, kiedy trudno nam zrozumieć intencje dziecka.
- W jaki sposób wiedza o spektrum autyzmu, ADHD, rozwoju, wspiera nas w możliwości poprawiania jakości życia naszego dziecka.
- Dlaczego samoświadomość pomaga nam regulować swoje zachowanie.
- Jakich umiejętności potrzebujemy, by towarzyszyć dzieciom w radzeniu sobie z codziennymi wyzwaniami.
- Co robić, gdy brakuje Ci sił.

Aleksandra Kowalik i Joanna Jakś poprowadzą Cię zarówno przez części edukacyjne, jak i praktyczne ćwiczenia, które pomogą w radzeniu sobie z sytuacjami trudnymi.

Stworzymy przestrzeń do nauki, praktyki i wymiany doświadczeń – w bezpiecznej atmosferze, dbając o swój komfort i dobrostan. Nauczmy się jak dbając o rozwój dzieci,

możemy zadbać również o siebie.

Więcej o prowadzących: <https://autystycznekartki.pl/o-nas>

DLA KOGO?

Zapraszamy serdecznie, jeśli któreś ze stwierdzeń jest ci bliskie:

- Jesteś rodzicem dziecka z diagnozą rozwojową (spektrum autyzmu, ADHD, dysleksja, niepełnosprawność intelektualna, itp.)
- Wspierasz dzieci/ rodziców jako specjalista .
- Czujesz zmęczenie, które wynika z tego, że standardowe metody nie działają.
- Chcesz dowiedzieć się, jak łatwiej żyć.
- Poszukujesz praktycznych rozwiązań.
- Ciekawi Cię znaczenie umiejętności odczytywania potrzeb w rozwoju dziecka.

Uczestnicy warsztatów otrzymają CERTFIKATY!

Liczba miejsc ograniczona!

Koszt warsztatów:	450zł/os.
Zapisy drogą mailową na adres:	niebieska.przystan2016@gmail.com
Termin zgłoszenia:	do 5 maja 2025