



Psihološko Savjetovalište za Roditelje



Uspješno roditeljstvo preduvjet je kvalitetnog usmjeravanja i podrške za dijete

ODGOVORNOST

Biti roditelj nije lako i znači preuzeti odgovornost za zdravlje i dobrobit druge osobe .

Biti odgovoran roditelj znači vlastiti život i život svoje djece usmjeravati ka cilju postizanja uspješnog obiteljskog tima.

KREATIVNO RODITELJSTVO

Biti kreativan roditelj znači:

*❖ neprestano unaprijeđivati svoje komunikacijske vještine
biti iskren prema sebi , otvoren i spreman na promjene*

❖ priznavati svoje greške i biti suosjećajan prema sebi i drugima,te spreman na učenje

❖ priznati svoje osjećaje i izraziti ih ,tako da možemo dalje , inače stagniramo i ostajemo na istoj točki razvoja

- ❖ sposobnost kreativnog izražavanja svojih najdubljih osjećaja na pozitivan način Jer, zanimajni osjećaji pretvaraju se u emocionalnu bol i uzrokuju slabljenje samopoštovanja
- ❖ Učiti svoje dijete da uspješno komunicira , da shvati svoje osjećaje i izrazi ih na pozitivan način
- ❖ Razvijati kreativnost djeteta kako bi mogla uspješno postizati svoje ciljeve

SAVJETOVALIŠTE je mjesto gdje se može reći što predstavlja problem i mjesto gdje roditelji mogu u suradnji s psihologom potražiti odgovore , pouzdajući se u svoju intuiciju i osjećaje .

Savjetovanje omogućuje **mehanizme podrške roditelju**

- svjesnost o svojoj situaciji i vjeru u pozitivan ishod situacije
- znanje o tome da se sve događa zbog određenog razloga i vjeru u sposobnost osobe da se nosi sa onim što život donosi
- oslobađanje od tjeskobe vezane uz djecu i vjerovanje u svoje dijete
- izražavanje svojih osjećaja npr.oslobađanje od boli i ljutnje na pozitivan način,
- ideju o tome da je on/ona osoba koja zaslužuje ljubav i sada i uvijek

POZITIVNE IZREKE KOJE JAČAJU RODITELJSKU KOMPETENCIJU:

- Ja sam prekrasno ljudsko biće .
- Ja sam voljen.Pružam ljubav.Podupiru me u svemu što činim i govorim i ja podupirem druge
- Osjećam se dobro u vlastitoj koži jer sam poseban. Nitko nije poput mene .Ja sam jedinstven.
- Pridonosim svojoj obitelji kako najbolje umijem. Sa samopuzdanjem savladavam svaki izazov
- Imam snage i hrabrosti suočiti se sa svime. Znam da na svome pravom putu prema ispunjenju svog najvišeg cilja imam pomoć i podršku

POZITIVNE IZREKE KOJE POMAŽU U STRESNOM NAČINU ŽIVOTA

- ❖ Oslobađam se svega što mi nije ugodno ili zbog čega se ne osjećam dobro***
- ❖ Smiren/a sam i opušten/a .Ako mi nešto uzrokuje stres, moći ću to riješiti sa samopouzdanjem***
- ❖ Sve što mi se događa događa se zbog nekog razloga***
- ❖ Sve što mi treba privlačim prema sebi da ispunim svoj najviši cilj***
- ❖ Sve što mi se događa pomaže mi biti snažnija osoba***
- ❖ Sve što mi se događa događa se u pravo vrijeme i posjedujem sve što je potrebno da brzo i učinkovito riješim svaku situaciju***
- ❖ Preuzimam odgovornost za svoj život i ne preuzimam tuđe probleme kao da su moji***



SAVJETOVALIŠTE ZA RODITELJE

Vodi Kamea JamanČuveljak psihologinja-savjetnica s višegodišnjim iskustvom u radu s roditeljima i djecom, educirana u psihologijskim školama Transakcijske analize i Gestalt psihologije

Savjetovanište RADI prema dogovoru sa vama

NAJAVA DOLASKA NA BROJ

091/38 20 665