

Akademia Świadomego rodzica

STUDIA PODYPLOMOWE



Program studiów

9

160

10

2

Liczba miesięcy nauki Liczba godzin zajęć Liczba zjazdów Liczba semestrów

Świadomy JA - rodzic jako człowiek (32 godz.)

- Praca z własnymi schematami wychowawczymi.
- Emocje i ich regulacja.
- JA - moje potrzeby i granice.
- Coaching rodzicielski i rozwój osobisty.

Świadome dziecko - psychologia rozwoju (32 godz.)

- Potrzeby dziecka na różnych etapach życia.
- Etapy rozwoju emocjonalnego i poznawczego.
- Psychologia więzi i teoria przywiązania.
- Budowanie samoświadomości i rozwój inteligencji emocjonalnej - praktyczne narzędzia.

Relacja zamiast kontroli (32 godz.)

- Język, który buduje - asertywna komunikacja.
- Komunikacja bez przemocy NVC.
- Pozytywna dyscyplina.
- Budowanie relacji opartej na szacunku i bliskości.

Rodzicielstwo w czasach zmian (24 godz.)

- Dziecko w świecie technologii i nadmiaru bodźców.
- Kultura natychmiastowości a potrzeby psychiczne dziecka.
- Samoregulacja i odporność psychiczna - teoria i narzędzia.

Narzędzia do zastosowania dla rodzica (32 godz.)

- Budowanie własnego dobrostanu przez osoby wspierające dziecko w rozwoju.
- Praktyczne techniki coachingowe.
- Narzędzia psychologii pozytywnej jako stymulator rozwoju.
- Obecność, która łączy i buduje - mindfulness w relacji z dzieckiem.



Forma zaliczenia (8 godz.)

- Projekt zaliczeniowy - prezentacja przed grupą.