

Načerpajte inspiraci pro zlepšení rodinné pohody se Snoezelenem Olomouc

Začátek ledna se nese u mnoha lidí v duchu plnění novoročních předsevzetí. A ta se nemusí týkat jen hubnutí, které je beze sporu nejčastějším přáním. Nejednen rodič cítí, že by se chtěl a měl svým dětem více věnovat, reagovat na jejich často velmi kuriózní nápady s větším nadhledem a zůstat po co nejdelší dobu "v klidu". Jenže s příchodem lednových dnů otec nebo oba rodiče po vánoční pauze nastoupí znovu do pracovního kolotoče, kde jeden termín stíhá druhý a tlak na výkon je dosti citelný. A přichází-li unavený nebo dokonce prací zdeptaný rodič domů, kde ho čeká jedno či více dětí, pak se jen těžko brání sklouznutí k výchovným stereotypům, kterým se chtěl tolik vyhnout. A vyhrocené situace se pak objevují nejen ve vztahu rodič-dítě, ale i mezi partnery samotnými. Všichni bychom chtěli žít v pohodové rodině, kde se její členové vzájemně respektují a jsou schopni spolu komunikovat, realita každodenního života je však někdy diametrálně odlišná. Přispět k celkově poklidnější rodinné atmosféře se snaží Povzbuzení, z. s., které realizuje od ledna projekt "Rodina v klidu - Snoezelen Olomouc 2019". Jedná se již o třetí pokračování tohoto velmi úspěšného projektu, v rámci kterého se rodiče mohou setkávat s odborníky při besedách, workshopech a svépomocných skupinách.

Aktivity tohoto projektu se zaměřují na posílení rodičovských kompetencí, podporu rodičů při řešení složitých situací pro zachování atmosféry pohody a zázemí v rodině a vzájemné aktivní setkávání rodin s dětmi včetně rodin s dětmi s postižením a speciálními potřebami, a to jak mezi sebou, tak i s odborníky.

"Projekt Rodina v klidu je ojedinělý svým rozsahem, komplexností aktivit a obsažených informací. Při jeho realizaci vycházíme ze zkušeností, které jsme získali v minulých letech a zařazujeme do něj aktivity, o které byl mezi rodiči velký zájem nebo o které nás sami žádali, abychom je uskutečnili. Zaměřuje se především na prevenci. Ukazuje se totiž, že je potřeba věnovat pozornost nejen rodinám nefunkčním, ale zaměřit se také na podporu rodin funkčních, které zajišťují všestranné potřeby pro správný rozvoj dítěte", říká **Mgr. Jana Málková, předsedkyně spolku Povzbuzení z. s.**

Pracovníci se zaměřili při sestavování náplně programu na komplexnost nabízených aktivit. Velmi atraktivními byly pro rodiče již v minulých projektech **přednášky s psycholožkou** Mgr. Zuzanou Starošítkovou, na které je možné se tedy těšit i v letošním roce. Aktuálně jsou zařazena témata, po kterých rodiče volali již v minulosti, tedy Když je máma na všechno sama, Mezigenerační konflikty, Vývojové mezníky ve výchově dětí (vstup do MŠ a ZŠ), Hranice ve výchově, Jak vést děti k samostatnosti a odpovědnosti.... Tuto aktivitu pak vhodně doplňují **individuální konzultace s psycholožkou** nad tématy, která se objevují při přednáškách a která není vhodné řešit skupinově. Zcela nově letos zařazujeme **besedy o psychosomatice**. Další nově realizovanou aktivitou jsou **besedy o prevenci traumatu u dětí**, během nichž dostanou rodiče informace o tom jak předcházet vzniku traumatu u dětí nebo jak postupovat při nečekaných a náročných situacích. Další aktivitou projektu je **Program pro rodiny s dětmi s poruchou pozornosti**. Ten je určen pro děti mladšího školního věku, které mají problémy s pozorností, soustředěním, hyperaktivitou či úzkostmi a

začleněním do kolektivu. V rámci každého setkání bude probíhat i konzultace s rodiči či širší rodinou (prarodiče a další osoby pečující o dítě) zaměřená na pochopení prožívání dětí a harmonizaci vztahů v rodině. Dalšími aktivitami projektu jsou **svépomocné skupiny rodin se specifickými potřebami** (péče o dítě s postižením, neúplné rodiny, rodiny se třemi a více dětmi,...), **besedy s porodní asistentkou**, **workshopy s logopedkou**, **besedy s psychologem** zaměřené na rodičovské kompetence, rovnost žen a mužů či podporu otců a otcovství, ...

Aktivity projektu byly v minulosti podpořeny z dotačních programů Rodina Ministerstva práce a sociálních věcí rámci, Olomouckého kraje a Statutárního města Olomouc.

Projektu se mohou zúčastnit nastávající rodiče, rodiny s dětmi (včetně rodin s dětmi s postižením a speciálními potřebami, pěstouni), matky/otcové na mateřské/rodičovské dovolené, rodiny v krizi, děti a senioři. Velkou výhodou je **zajištění placeného hlídání** dětí během programu pro rodiče.

Zájemci o jednotlivé aktivity se mohou přihlásit na tel.: 734 549 248 nebo na e-mailu info@povzbuzeni.cz.

Aktuální informace o programu centra Snoezelen Olomouc naleznete na facebooku https://www.facebook.com/snoezelen.olomouc/?ref=br_rs nebo na webových stránkách www.povzbuzeni.cz.

Kontaktní osoba: Mgr. Jaroslava Muzikantová, tel.: 777 886 817, jaroslava@povzbuzeni.cz



