

Program Dodać Się.

Data publikacji: 13.10.2022



Instytut
Matki i Dziecka



Program Dodać Się

Program *Dodać Się* realizowany jest we współpracy Instytutu Matki i Dziecka z Ministerstwem Zdrowia w partnerstwie z Funduszem Narodów Zjednoczonych na Rzecz Dzieci (UNICEF).

Do realizacji tego zadania Instytut Matki i Dziecka zawarł porozumienie z Wydziałem Wychowania i Profilaktyki Ośrodka Rozwoju Edukacji.

Program został opracowany przez grupę polskich i ukraińskich ekspertów z Instytutu Matki i Dziecka, Ośrodka Rozwoju Edukacji, Stowarzyszenia Szkoła dla Rodziców i Wychowawców, ukraińskiego Stowarzyszenia Skrzydła dla Rodziny.

Głównym celem programu jest poprawa samopoczucia rodziców i opiekunów oraz rozwinięcie ich umiejętności wspierania dzieci w obliczu przeciwności losu i trudności. Przeznaczony on jest dla ukraińskich rodziców dzieci w wieku od 0 do 18 lat, którzy przyjechali do Polski w wyniku działań wojennych prowadzonych na terenie Ukrainy.

Program składa się z cyklu 10 scenariuszy zajęć, do realizacji w ciągu 20 godzin pracy z około 15-osobowymi grupami rodziców:

- Scenariusz 1: Mój front - odnajdywanie swej siły w kontekście doświadczenia skutków wojny oraz wymuszonej migracji. Poznanie mechanizmów, które pozwalają skutecznie radzić sobie z poważnymi trudnościami.
- Scenariusz 2: Silny rodzic/opiekun - wzmacnianie siły psychicznej rodzica by mógł jak najlepiej wspierać psychikę dziecka
- Scenariusz 3: Słuchanie. – umiejętność słuchania i reagowania na to, co słyszymy tak, aby ta wesprzeć osobę, które do nas mówi.
- Scenariusz 4: Uczucia – rozpoznawanie uczuć i radzenie sobie z nimi
- Scenariusz 5: Komunikacja – poprawa umiejętności komunikacji
- Scenariusz 6: Cele i zasady – stawianie sobie celów jako element pozytywnego myślenia i zasady, które wprowadzają ład i porządek do niepewnego świata.
- Scenariusz 7: Współpraca i konsekwencje – zachęcanie dziecka do współpracy
- Scenariusz 8: Konflikty metoda 5 kroków konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, konflikty między dziećmi - jak im pomóc je rozwiązywać?
- Scenariusz 9: Pochwały i role wzmacnianie poczucia wartości i sprawczości dziecka przez docenianie oraz wpływ przyjmowanych ról na relacje
- Scenariusz 10: Podsumowanie autorefleksja dotycząca zrealizowanych zajęć, korzystanie z sieci pomocy i podsumowanie uczestnictwa w programie

Spotkania są prowadzone metodami warsztatowymi, które są okazją nie tylko do nauki poprzez doświadczenie, ale też korzystania z „mądrości grupy” i nawiązania kontaktów z innymi

uczestnikami. Zajęcia finansowane są przez IMiD ze środków UNICEF. Udział rodziców w programie jest bezpłatny.

Програма Додати сил

Програма Додати сил реалізується у співпраці Інституту Матері і Дитини МОЗ з Міністерством Здоров'я у партнерстві з Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ).

Для виконання цього завдання Інститут Матері і Дитини уклав договір з Відділом Виховання та профілактики Центру Розвитку Освіти.

Програму розробила група польських та українських експертів з Інституту Матері і Дитини, Центру Розвитку Освіти, Асоціації Школа для батьків та педагогів, ГО Крила для родини.

Основна мета програми – покращити добробут батьків та опікунів, а також розвинути їхню здатність підтримувати дітей у негараздах і труднощах. Програма розрахована на українських батьків дітей віком від 0 до 18 років, які потрапили до Польщі втікаючи від війни.

Програма складається з 10 занять, які будуть реалізовані протягом 20 годин групової роботи з батьками:

Заняття 1: Мій фронт – знаходження своєї сили в контексті переживання наслідків війни та вимушеної міграції. Розуміння механізмів, які дозволяють ефективно справлятися з серйозними труднощами.

Заняття 2: Сильні батьки/опікуни – зміцнення психічної сили матері/батька, щоб вони могли якнайкраще підтримувати психіку дитини.

Заняття 3: Слухання – вміння слухати й реагувати на почуте, щоб підтримати людину, яка з нами говорить.

Заняття 4: Почуття – розпізнавання почуттів і спроможність упоратися з ними.

Заняття 5: Комунікація — як говорити, щоб діти слухали, і як слухати, щоб вони говорили

Заняття 6: Цілі та правила – визначення цілей як частини позитивного мислення та правил, які формують порядок і впевненість у собі в сучасному світі, де багато невизначеності.

Заняття 7: Співпраця і наслідки – заохочення дитини до співпраці.

Заняття 8: Конфлікти — метод 5 кроків конструктивного вирішення конфліктів; як давати раду конфліктам між братами й сестрами.

Заняття 9: Похвала та ролі – підвищення самооцінки дитини через конструктивний відгук та розуміння нав'язаних ролей на її психічний стан та стосунки з іншими.

Заняття 10: Підсумки, саморефлексія щодо занять і завдань, використання мережі допомоги та підсумок участі у програмі.

Заняття складаються в основному з практичних завдань, що дає можливість навчатись через досвід, використовувати мудрість групи, налагоджувати контакт та отримувати підтримку від групи. Заняття проведені за фінансової підтримки IMiD з коштів ЮНІСЕФ. Участь батьків у програмі безкоштовна.