



Családi Műhely Tematika

A zárt csoportnak hat ülést tervezünk 2017. április- május folyamán.

Célcsoport: fiatal párok, házaspárok, gyermekáldás előtt, alatt vagy után egyaránt.

Tervezett témák

1. Elvárások és keretek megbeszélése, csapatépítés, kommunikációs gyakorlatok. Gordon módszer, a kommunikáció gátjai, illetve az Erőszakmentes Kommunikáció (Rosenberg) elsajátítása.
2. Chapman-féle szeretetnyelvek elsajátítása, kommunikációs gyakorlatok. Egyéni és családi értékek. Mindfulness relaxáció.

3. Bagdy Emőke A boldogság tízparancsolata című szövege. A gyermekek életkori szakaszainak és a család fejlődési szakaszai. A pár találkozása, vonzerő, szerelem és párkapcsolati fejlődés, házasság, hagyományos férfi és női szerepek.

4. Az első gyermek születése körüli időszak, a családdá válás normatív krízise. A gyermek fejlődésében az óvodáskor, a család működésbeli jellegzetességei, családterápiás alapfogalmak, a genogramkészítés szabályai.

5. Relaxáció. Az iskoláskorú gyermek jellegzetességei, szülők és gyermekek jogai és kötelességei, kamaszkor, leválás, a felnőtté válás krízise.

6. Genogram demonstráció, hozott értékek megvitatása. Aktuális társadalmi változások, mamahotel, kapunyitási pánik, agresszió, szexualitás, tabuk. Stressz elmélet, megküzdési képességeink megismerése és fejlesztése. Lezárás.