



## **Családok a családokért:**

**interaktív közművelődési szerepvállalás a cselekvő és értékteremtő családi együttműködések megteremtése érdekében**

**EFOP-5.2.4-17-2017-00007**

### **BESZÁMOLÓ**

Kedvezményezett neve:	<b>Szakmaközi Művelődési Ház</b>
Helyszín	<b>6100 Kiskunfélegyháza, Szent János tér 3.</b>
Foglalkozás típusa	<b>Klubfoglalkozás</b>
Foglalkozás dátuma	<b>2019.06.21</b>

Foglalkozás Témája	<b>A jó szülő-gyermek kapcsolat</b>
--------------------	-------------------------------------

Egy család életében vannak olyan nehéz pillanatok, amikor az ember a gyermeknevelést épp feladni igyekszik, mert fáradt, kiborult, összejött minden, egyszerre, és nagyon jó lenne elbújni a világ elől. És néha még a gyerekeink elől is. Ami fontos, sosem leszünk tökéletesek, mert ilyen nem létezik. És azt is fogadjuk el, hogy lehetünk leterheltek, lehetünk fáradtak, akár szomorúak, dühösekk, nem kell elvonnunk gyermekeinktől azt, hogy lássák, emberek vagyunk.

A mai foglalkozást a szabadban tartottuk meg a kedvező időjárásnak köszönhetően. Végül is megkezdődött a nyár, így nehezebb a gyerekeket is zárt helységben tartani. A gyerekeknek szerveztünk programokat, míg a szülők közben tudtak komolyabb témáról is beszélgetni egy-egy sörasztalhoz leülve, finom falatokat csipegetve. Kötetlen beszélgetés formájában összeszedtük mi a jó szülő-gyermek kapcsolat titka:



CSALÁDOK A CSALÁDOKÉRT

- Bizalom kiépítése. A gyermekünk tudja, hogy stabil érzelmi háttérrel adunk, miközben alapvető az, hogy minden helyzetben számíthat ránk. Legyen az egy lázas betegség, vagy egy szerelmi csalódás. A lényeg, hogy az évek során megtanulja, hogy mi ott vagyunk neki, számíthat ránk.
- Sokszor érdemes elmondanunk azt, hogy amikor mérgesek vagyunk rá, akkor is szeretjük!
- Amikor azt gondoljuk, hogy milyen rossz a gyerek, azt magunknak köszönhetjük, hiszen mi vagyunk a minták, és a gyerekeink tükröt mutatnak nekünk.
- El kell számolni 3-ig vagy 10-ig. Bármennyire is dühösekké vagyunk egy-egy cselekedete miatt, egyszerűen nem tehetjük meg azt a gyermekünkkel, hogy bántuk.
- Néha nehéznek tűnik az őszinteség, de mégis, megfizetődik vica-verza.
- Gyermekünktől elvárjuk, hogy tiszteljen minket. Mert mi vagyunk az anyjuk vagy apjuk, ez így evidens. Na de ez fordítva is így van! Nekünk is ugyanúgy kell tisztelnünk a gyermekeinket!
- Mutassuk ki az érzelmeinket. Nem szabad az érzelmeinkben sem burokokban kezelni gyermekeinket, hiszen akkor ők sem tanulják meg kezelni a saját érzelmeiket.
- Napi húsz perc minőségi idő közös eltöltése, amikor csak ő létezik számunkra.
- Szabályok lefektetése. A gyerekek is jobban érzik magukat ott, ahol tudják, minek mi a következménye, mit hogyan kell csinálni, mert így kiszámítható biztonságban érzik magukat.
- Legyünk következetesek. A következetesség az anyit tesz, hogy a szabályokat mindig betartjuk, és nincs belőle kibúvás sosem





CSALÁDOK A CSALÁDOKÉRT

