

ZMOREM

**Program PSIHOSOCIALNE POMOČI OTROKOM, MLADOSTNICAM IN MLADOSTNIKOM
OZIROMA NJIHOVIM DRUŽINAM V LETIH 2016 IN 2017**



*Glej, v meni vse kipi,
jaz hočem rasti,
od tebe rasti,
daljni, žarni cilj!
V viharjih trdni le stojijo hrasti,
kot njim,
še meni daj potrebnih sil!*

*(Alojz Kocjančič,
istrski pesnik)*

Skozi aktivne metode dela daje program Zmorem udeležencem priložnost, da v varnem okolju postanejo miselno in čustveno motivirani za samorefleksijo, pozitivne spremembe na sebi ter spoznajo lastno enkratnost, pomembnost.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA DELO, DRUŽINO,
SOCIALNE ZADEVE IN ENAKE MOŽNOSTI



RAZVOJNO
IZOBRAŽEVALNI
CENTER NOVO MESTO

Opis programa:

Cilji našega programa so usmerjeni v:

- izboljšanje otrokovih/mladostnikovih in starševskih socialnih kompetenc za uspešnejše prepoznavanje različnih čustvenih stanj in reševanje čustvenih stisk, samoobvladovanja, samonadzora ter graditve pozitivne samopodobe;
- senzibilizacijo posameznikov za različne oblike nasilja, ki prihajajo iz okolja in seznanitev z možnostmi pridobitve zunanje podpore v primeru doživljanja nasilja;
- razvijanje učinkovite komunikacije v družinskem in družbenem okolju;
- povečanje sposobnosti za proaktivno vključevanje v družbo;
- krepitev strpnosti in razumevanja različnih pogledov, kultur.

Vsebina programa

Vsebino programa smo prilagodili otrokom, mladostnikom in staršem.

SKOZI DELAVNICE BOMO Z OTROKI IN MLADINO SPREGOVORILI O:

- moji poziciji v družini in med vrstniki,
- mojih čustvenih in miselnih odzivih ob stiku z nasiljem,
- krepitev ničelne tolerance do nasilja,
- samouravnavanju in samonadzoru,
- ljubezni, spolnosti, partnerstvu,
- reševanju konfliktnih situacij,
- treningu asertivnosti,
- načrtovanju prihodnosti in postavljanju ciljev.

S STARŠI BOMO SPREGOVORILI O:

- poziciji v družini in družbi,
- različnih oblikah ljubezni in partnerstvu,
- čustvenih in miselnih odzivih ter uravnavanju čustev,
- reševanju konfliktnih situacij,
- treningu asertivnosti,
- postavljanju meje do nasilja,
- stresu in tehnikah sproščanja,
- načrtovanju prihodnosti in postavljanju ciljev.

Trajanje programa

12 pedagoških ur – izvedli bomo 8 delavnic v trajanju 1,5 šolske ure, ki bodo potekale enkrat tedensko. Lokacijo in čas bomo prilagajali potrebam udeležencev.

Ciljna skupina

Program bo izveden za otroke, mladostnike in člane družin, ki potrebujejo psihosocialno pomoč oz. so prepoznani kot potencialne žrtve različnih oblik nasilja.



Razvojno izobraževalni center Novo mesto

Topliška cesta 2, 8000 Novo mesto

t: 07 393 45 50, 031 745 470

w: www.ric-nm.si/si/projekti/nacionalni/zmorem/

PRIJAVA IN INFORMACIJE: Tea Sulič, tea.sulic@ric-nm.si, 07 393 45 69



Program Zmorem je financiran s strani Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Izvajali ga bomo v letih 2016 in 2017. Aktivnosti v programu so namenjene otrokom, mladostnikom in posameznim članom družin.