



**ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ
ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΕΦΑΛΟΝΙΑΣ ΚΑΙ ΙΘΑΚΗΣ
«Απόπλους»**

Ομάδες Βιωματικής Προσέγγισης Για Γονείς

Η πρόληψη ξεκινάει πρώτα από τους ίδιους τους γονείς. Παρά τις ευρύτερες κοινωνικές αλλαγές που επηρεάζουν τη δομή και τη λειτουργία της σύγχρονης οικογένειας, οι γονείς εξακολουθούν να παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση της στάσης που θα έχουν τα παιδιά τους απέναντι στον εαυτό τους και τους άλλους. Οι γονείς φροντίζοντας τον εαυτό τους και βρίσκοντας τρόπους να διαχειρίζονται τις δύσκολες καταστάσεις αποτελούν θετικό και ουσιαστικό παράδειγμα για τα παιδιά τους.

Το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Κεφαλληνίας και Ιθάκης “Απόπλους” στην προσπάθεια του να ενισχύσει το δύσκολο ρόλο των γονέων, προτείνει και πραγματοποιεί ομάδες γονέων, οι οποίες έχουν ως στόχο

- Την ενημέρωση των γονέων για τα στάδια της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των παιδιών και τις συναισθηματικές τους ανάγκες.
- Την ενίσχυση της ικανότητας των γονέων να στηρίζουν συναισθηματικά τα παιδιά τους και να τα βοηθούν σε δύσκολες στιγμές.
- Την εκπαίδευση των γονέων σε στρατηγικές και τρόπους που ενισχύουν την αυτονομία και υπευθυνότητα των παιδιών και βοηθούν στην επίλυση συγκρούσεων.
- Την επεξεργασία θεμάτων όπως η επικοινωνία στην οικογένεια, η αυτοεκτίμηση, τα συναισθήματα και τη φιλοσοφία της πρόληψης.
- Τη στήριξη των γονέων μέσα από την αλληλεπίδρασή τους με άλλους γονείς.

Η μέθοδος που χρησιμοποιείται είναι βιωματική, οι γονείς συμμετέχουν ενεργά, συζητούν και ανταλλάσσουν εμπειρίες.

Η προτεινόμενη ομάδα γονέων θα πραγματοποιείται στο χώρο του **Δημοτικού Σχολείου Βλαχάτων** και θα έχει διάρκεια 6-8 δίωρων απογευματινών συναντήσεων μία (1) φορά την εβδομάδα.



Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να δηλώνουν συμμετοχή στην **κα Ζαρμπή Ελένη** στο mail apoplus@otenet.gr έως και την **Τετάρτη 16 Οκτωβρίου 2024**, δηλώνοντας το όνομά τους και τηλέφωνο επικοινωνίας. Υπενθυμίζεται πως η συμμετοχή στις ομάδες, όπως και όλες οι υπηρεσίες του Κέντρου Πρόληψης «Απόπλους», παρέχονται δωρεάν.

Οι ημέρα και ώρα της 1^{ης} συνάντησης θα καθοριστεί σε συνεργασία με τους συμμετέχοντες.

Με εκτίμηση
Για την Επιστημονική Ομάδα
Ο Επιστημονικά Υπεύθυνος

ΑΝΔΡΕΑΣ ΜΑΡΟΥΛΗΣ
ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΟΣ

