

Εκπαιδευτικό Συμβόλαιο

Εργαστήρι Αποτελεσματικού Γονέα

Φιλοσοφία Εργαστηρίου

Ο Thomas Gordon δημιούργησε αυτό το σύστημα εκπαίδευσης έχοντας ως πυλώνες τις βασικές αρχές της Προσωποκεντρικής Προσέγγισης του Carl Rogers:

Ενσυναίσθηση, Αποδοχή και Αυθεντικότητα.

Πρόκειται για ένα μοντέλο ΜΗ τιμωρητικό, που αντικαθιστά τις τιμωρίες και τις ανταμοιβές με συγκεκριμένες και εφαρμόσιμες δεξιότητες επικοινωνίας που βοηθούν τους γονείς να κατανοήσουν τις ανάγκες των παιδιών, να αντιπαρατεθούν στις μη αποδεκτές συμπεριφορές τους με σεβασμό και κατανόηση και, τέλος, να βρουν αμοιβαία αποδεκτές λύσεις. Και όλα αυτά, διαφυλάσσοντας και ενδυναμώνοντας την μεταξύ τους σχέση.

Οφέλη Εργαστηρίου

Με το σύστημα Gordon θα μάθετε:

- **Ποιά είναι τα 12 εμπόδια επικοινωνίας:** εμπόδια που άθελά μας βάζουμε στο κανάλι επικοινωνίας με τους άλλους, προσπαθώντας να καθησυχάσουμε, να νουθετήσουμε, ακόμη και να παινέψουμε όποιον βιώνει πρόβλημα, με αποτέλεσμα να μην δώσουμε την ανάλογη σημασία στο θέμα που τον απασχολεί.
- **Πώς να χρησιμοποιείτε την «Ενεργητική Ακρόαση»:** πρόκειται για εκπαίδευση στον διάλογο με **ενσυναίσθηση**. Μαθαίνουμε πώς να βλέπουμε τον κόσμο με τα μάτια του παιδιού και μάλιστα πώς να του επικοινωνούμε πως στεκόμαστε δίπλα του. Με τον τρόπο αυτό ανακουφίζεται και το κανάλι επικοινωνίας ανοίγει.
- **Πώς να στέλνετε «μηνύματα-Εγώ»:**

- Εκπαίδευση στην διεκδίκηση ικανοποίησης των αναγκών μας, χωρίς την επιβολή εξουσίας με το **Μήνυμα – Εγώ Αντιπαράθεσης**.
 - Δήλωση των συναισθημάτων, αξιών ή προτιμήσεών μας με το **Μήνυμα – Εγώ Απλής Δήλωσης**.
 - Πρόληψη συγκρούσεων με το **Προληπτικό Μήνυμα – Εγώ**.
 - Ενίσχυση συμπεριφορών και θετική πειθαρχία με το **Ενισχυτικό/ Ενθαρρυντικό Μήνυμα – Εγώ**.
- **Την μέθοδο «Μη-Ήττας» ώστε να επιλύετε τις αναπόφευκτες συγκρούσεις:** Όταν πρόκειται για σύγκρουση αναγκών, μαθαίνουμε βήμα-βήμα πώς θα εντοπίσουμε τις **ανάγκες** που δεν καλύπτονται, πώς κάνουμε καταγιισμό ιδεών, αξιολόγηση λύσεων και εφαρμογή, ώστε όλες οι πλευρές να μείνουν ικανοποιημένες χωρίς να συμβιβαστούν.
 - **Πώς να αποφύγετε την «απόλυση» από τα παιδιά σας:** Αλλάζοντας εσωτερική στάση αλλά και χρησιμοποιώντας τις δεξιότητες επικοινωνίας, κρατάτε το κανάλι επικοινωνίας με τα παιδιά σας πάντα ανοιχτό.
 - Πώς να διαχειρίζεστε πιο αποτελεσματικά και με σεβασμό τις **συγκρούσεις αξιών**. Οι γονείς ως πρότυπα για τα παιδιά, ως σύμβουλοι, αλλά και ικανοί να αποδεχτούν ό,τι δεν μπορούν να αλλάξουν.

Το Εργαστήρι Αποτελεσματικού Γονέα, εκτός από την θεωρητική εκπαίδευση είναι σε μεγάλο βαθμό βιωματικό, αφού πέρα από την διάλεξη (power point) περιλαμβάνει και video, ασκήσεις με workbook και role-plays. Ενθαρρύνει την αυτογνωσία εφόσον μας βοηθάει να αναγνωρίσουμε τα συναισθήματά μας, τις αξίες και τις πεποιθήσεις μας.

Βιβλιογραφία

Υποχρεωτικά βιβλία (ΔΕΝ συμπεριλαμβάνονται στην τιμή):

Gordon, T. (2003). *Τα μυστικά του αποτελεσματικού γονέα. Μια πρωτοποριακή μέθοδος εκπαίδευσης γονέων για την ανατροφή υπεύθυνων παιδιών*. Αθήνα: Gordon Hellas, ΜΑΡΤΗΣ. €10

Workbook Εργαστήριο Αποτελεσματικού Γονέα Εκδ. Gordon Hellas €10

Τα βιβλία αυτά τα προμηθεύεστε μέσω της εκπαιδύτριας από την Gordon Hellas.

Τα εγχειρίδια ασκήσεων ΔΕΝ διατίθενται στα βιβλιοπωλεία.

Θα σας δοθεί extra προτεινόμενη βιβλιογραφία.

Διάρκεια και Κόστος:

Σε ομάδα onsite ή online το Εργαστήριο του Αποτελεσματικού Γονέα διαρκεί συνολικά 30 ώρες. **Διεξάγεται όμως και ατομικά onsite ή online σε έναν γονέα ή σε ζευγάρι γονέων με συντομότερη διάρκεια και με ευέλικτο ωράριο.**

Σε **ομάδα**, το κόστος για τις 30 ώρες του εργαστηρίου (10 3ωρες συναντήσεις) είναι €250/άτομο και €400/ζευγάρι.

Προκαταβολή €150 πριν την έναρξη του εργαστηρίου και αποπληρωμή πριν την 6^η συνάντηση.

Έκπτωση 10% με την προκαταβολή ολόκληρου του ποσού πριν την έναρξη της πρώτης συνάντησης (€225 για έναν γονέα και €360 για ζευγάρι γονέων).

Για **ατομική συμβουλευτική** online ή onsite το κόστος διαμορφώνεται ως εξής:

- **€50 ανά ώρα** για έναν γονέα αντίστοιχα
- Αν προπληρωθεί ένα **πακέτο 5 συναντήσεων**, προσφέρεται έκπτωση 15%: από €250 **προπληρώνετε €210**.
- Αν προπληρωθεί ένα **πακέτο 15 συναντήσεων**, προσφέρεται έκπτωση 25% από €750 **προπληρώνετε €560**.

Για **ζευγάρι γονέων**, το κόστος διαμορφώνεται ως εξής:

- **€70 ανά ώρα για τους δύο γονείς**.

- Αν προπληρωθεί ένα **πακέτο 5 συναντήσεων**, προσφέρεται έκπτωση 15%: από €350 **προπληρώνετε €298**.
- Αν προπληρωθεί ένα **πακέτο 15 συναντήσεων**, προσφέρεται έκπτωση 25%: από €1050 **προπληρώνετε €788**.

Στις τιμές συμπεριλαμβάνεται Φ.Π.Α. 17%.

Οι συνεδρίες προπληρώνονται με **κατάθεση σε τραπεζικό λογαριασμό**, στις παρακάτω τράπεζες:

-Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος: GR7701101430000014300437960

BIC/ SWIFT code: ETHNGRAA

-Viva Wallet: GR1570100000000798532948301

BIC/ SWIFT code: VPAYGRAA

ή με **Quick Pay** χρησιμοποιώντας την πιστωτική ή την χρεωστική σας κάρτα, στον παρακάτω σύνδεσμο:

<https://pay.vivawallet.com/mariamanganari>.

Οποιαδήποτε τυχόν έξοδα σας χρεώσει διαφορετική τράπεζα, σας χρεώνουν εξ' ολοκλήρου.

Οι αποδείξεις αποστέλλονται με email στην διεύθυνση που έχετε υποδείξει στο ιστορικό εκπαιδευόμενου.

Επιστροφή χρημάτων από προπληρωμένες συνεδρίες που δεν αξιοποιούνται εγκαίρως ΔΕΝ πραγματοποιείται.

Αν μια συνεδρία έχει κανονιστεί και την ακυρώσετε τις τελευταίες 24 ώρες την αποπληρώνετε κανονικά, εκτός και αν συντρέχει σοβαρός λόγος υγείας. Αν ειδοποιήσετε για την ακύρωσή της τουλάχιστον 24 ώρες νωρίτερα, εφόσον είναι δυνατόν, θα προσπαθήσουμε να βρούμε άλλη χρονική στιγμή για να μεταφέρουμε τη συνεδρία, μες στην ίδια εβδομάδα.

Οι συμμετέχοντες μετά το πέρας της εκπαίδευσης θα παραλάβουν πιστοποιητικό παρακολούθησης από την Gordon Hellas.

Η υπογραφή σας παρακάτω δηλώνει πως διαβάσατε τις παραπάνω πληροφορίες σε αυτό το έγγραφο και πως συμφωνείτε με τους όρους αυτής της επαγγελματικής συνεργασίας.

Ημερ/νία: _____

Όνοματεπώνυμο: _____

Υπογραφή: _____

Μαρία Μαγγανάρη

MSc in Person – Centred Counseling and Psychotherapy, University of Strathclyde

Person – Centred Family and Couples Therapy

P.E.T., T.E.T., T.T., M.B.A.

<https://mariamanganari.gr/>

Τηλ.: +30 22710 80945 - 6936790077