



ΚΕ.Π.Ε.Π.Ψ.Υ. ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ  
ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΟΚΑΝΑ



Το ΚΕ.Π.Ε.Π.Ψ.Υ. Μεσσηνίας σε συνεργασία με τον ΟΚΑΝΑ και τη στήριξη της Ένωσης Γονέων και Κηδεμόνων του Δήμου Καλαμάτας στο πλαίσιο της ενδυνάμωσης του γονεϊκού ρόλου και της οικογένειας ως σημαντικός πυλώνας πρόληψης απέναντι σε ψυχοκοινωνικά ζητήματα διοργανώνει :

### *Βιωματική Ομάδα Γονέων με παιδιά στην εφηβεία*

#### Στόχος:

Η ανάγκη στήριξης των γονέων είναι μια διαχρονική ανάγκη, καθώς όλοι αντιλαμβανόμαστε τις καθημερινές απαιτήσεις ενός ρόλου που ακατάπαυστα καλείται να προσαρμόζεται αποτελεσματικά στις διαρκείς αλλαγές καθώς τα παιδιά περνούν από το ένα στάδιο ανάπτυξης στο άλλο. Αυτός άλλωστε είναι ο λόγος που το Κέντρο Πρόληψης Μεσσηνίας σταθερά κάθε χρόνο εστιάζει ιδιαίτερα στη στήριξη των γονέων υλοποιώντας ομάδες, σεμινάρια και ενημερωτικές συναντήσεις.

#### Διεξαγωγή συναντήσεων και θεματικές ενότητες:

- 23 Οκτωβρίου: Γνωριμία των μελών της ομάδας και εισαγωγή στην έννοια της πρόληψης.
- 30 Οκτωβρίου: Η σχέση με τον εαυτό στην εφηβεία και ο ρόλος της οικογένειας στην καλλιέργεια της αυτοεκτίμησης.
- 6 Νοεμβρίου: Όταν ο γονιός ακούει τις ανάγκες, τις σκέψεις και τα συναισθήματα του εφήβου – Η τεχνική της ενεργητικής ακρόασης.
- 13 Νοεμβρίου: Τα συναισθήματα στην επικοινωνία γονιών και εφήβων.
- 20 Νοεμβρίου: Οι συγκρούσεις μέσα στην οικογένεια- Βγαίνοντας επωφελημένοι από την κρίση.

- 27 Νοεμβρίου: Έφηβος και τεχνολογία: Προκλήσεις και πρόληψη
- 4 Δεκεμβρίου: Νικώντας τη ματαίωση: Ο Αρκετά Καλός Γονιός
- 11 Δεκεμβρίου: Η σχέση των γονέων ως παράγοντας προστατευτικός στη ζωή του εφήβου - Κλείσιμο της ομάδας

Οι συναντήσεις θα διεξάγονται κάθε Δευτέρα 18:00-20:00 μμ στο χώρο του Κέντρου Πρόληψης (ΚΕ.Π.Ε.Π.Ψ.Υ.) – Χρυσοστόμου Σμύρνης 56, Καλαμάτα (έναντι 5<sup>ου</sup> Νηπιαγωγείου).

Η συμμετοχή είναι δωρεάν και θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Παρακαλούμε όπως δηλώσετε το ενδιαφέρον σας για συμμετοχή έως την Δευτέρα 16 Οκτωβρίου 2023 (14:00 μμ) στο τηλέφωνο του Κέντρου Πρόληψης Μεσσηνίας 27210-84009 (ώρες επικοινωνίας 8:00-14:00 μμ).