

# KÖNNYED NEVELÉS GORDON MÓDSZERREL

## ONLINE SZÜLŐI EREDMÉNYESSÉGI TRÉNING



Dackorszak, kamaszkor, vagy csak simán sok a stressz?  
Mostanában valahogy nem találjátok a hangot?  
Eszköztelennek érzed magad, amikor kiborul vagy  
rád csukja az ajtót?

**Szeretnéd, ha ismét jól lennétek egymással?**

**Velünk elengedhetetlen eszközöket tanulhatsz a tartósan  
boldog szülő-gyerek kapcsolathoz!**

### Mit nyújt a tréning nekünk:

- ❖ Jobban megértjük a gyerekek és egymás gondjait és jobban tudunk rájuk reagálni
- ❖ Túllépünk a megöröklött nevelési, kapcsolati buktatóinkon
- ❖ Nyugodtabbak és tudatosabbak leszünk nevelési kérdésekben
- ❖ A gyerekeink jobban megbecsülnek minket, hallgatnak ránk, figyelnek a mi igényeinkre is

### Mit nyújt a módszer nekik:

- ❖ A megértő otthoni légkörben harmonikusabban fejlődnek
- ❖ Csökken az agresszív, kapcsolatokat romboló viselkedések előfordulása
- ❖ Növekszik az önállóságuk, önfegyelmük, felelősségvállalásuk
- ❖ Bizalommal fordulnak felénk, bármiről legyen is szó

**IDŐPONT:** 2024. nov. 6., 13., 20., dec.4., 11. és 18., 18-20h

**TRÉNEREK:** Szomora Virág és Csernus Eszter Gordon instruktorok, szülők

**JELENTKEZÉS:** <https://forms.gle/CJzNKAxPZCvPYo7m9>

**RÉSZVÉTELI DÍJ: 65.000 Ft – szülőpároknek 60.000 Ft/fő**

**JELENTKEZÉSI HATÁRIDŐ: 2024. OKTÓBER 30.!**



## HOGYAN MŰKÖDIK AZ ONLINE TRÉNING?

A tréning a Szülői Eredményességi Tréning (Parental Effectiveness Training – P.E.T.) online változata, amit azoknak az érdeklődőknek ajánlunk, akik teljesen biztos, hogy nem tudnak az offline szülői tréningünkön részt venni, de szeretnék interaktív módon megismerni, elsajátítani a módszert.

A tréning során a résztvevők a trénerekkel és a csoporttal 6x2h-t töltenek el online, amit kiegészít heti kb. 1h páros, illetve önálló munka, ami részben munkafüzeti feladatok megoldását, részben pedig a P.E.T. könyv kapcsolódó részeinek elolvasását jelenti. Amennyiben még nem rendelkezik a könyvvel, a munkafüzettel együtt postázunk önnek egy példányt a tréning előtt.

A páros tapasztalat-megosztás és **gyakorlatok** nagyon fontosak az anyag megértése és a készségek begyakorlása szempontjából, ezért ezek a házi feladatok nem opcionálisak. A résztvevők választhatnak, hogy már eleve úgy jelentkeznek, hogy van tanulópárjuk, vagy egyénileg jelentkeznek a tréningre és a trénerek segítségével találunk nekik **tanulópárt** az első online alkalom során. A tanulópár mindkét tagja tréningrésztvevő kell, hogy legyen.

Az offline tréninghez hasonlóan az online tréning is **rövid ismertetőkből, demonstrációkból, szerepjátékokból, kisebb feladatmegoldásokból és páros, illetve kis csoportos megbeszélésekből** áll.

A résztvevők számára a tréning során 2 alkalommal biztosítunk **online fogadóórát**, melyen feltehetik esetleges kérdéseiket az addig megismert anyaggal kapcsolatosan.

**RÉSZVÉTELI DÍJ: 65.000 Ft – szülőpároknak 60.000 Ft/fő**

**JELENTKEZÉSI HATÁRIDŐ: 2024. OKTÓBER 30.!**

*designed by Freepik*



Technikai feltételek: a tréninghez szükséges offline anyagokat (Dr. Thomas Gordon P.E.T. A gyereknevelés aranykönyve c. könyv; munkafüzet) a tréning indulása előtt postázzuk a résztvevőknek. (Magyarország területén belül a FOXPOST automatába való kézbesítést a tréningdíj tartalmazza.)

Az online alkalmakon való részvételhez a résztvevőknek szükségük lesz stabil internet kapcsolatra, működő kamerával és mikrofonnal ellátott számítógépre. A készségek elsajátítása érdekében és a téma érdemi feldolgozásához szükséges bizalmi légkör megteremtése-megtartása végett fontos, hogy a résztvevők bekapcsolt kamerával vegyenek részt a tréningen, ahogy az is, hogy zavartalanul, a család többi részétől térben elkülönülten, valós figyelemmel lehessenek jelen. Köszönjük, hogy mindent megtesznek ennek érdekében.

**RÉSZVÉTELI DÍJ: 65.000 Ft – szülőpároknak 60.000 Ft/fő**  
**JELENTKEZÉSI HATÁRIDŐ: 2024. OKTÓBER 30.!**

*designed by Freepik*