

În traducere
din limba engleză,
„Mellow” înseamnă
*matur, copt, genial, sincer,
delicat, sentimental, dibaci,
blând, cald, vesel, dulce, bun,
amabil*

Cuvântul
„Parenting”
se referă la
experiența de a fi părinte



Program pentru Mame cu dificultăți
de învățare

INTRODUCERE ÎN PROGRAMELE DE EDUCAȚIE PARENTALĂ

PROGRAME PRENATALE

Program
prenatal pentru
viitoarele
mămici

- pentru femei însărcinate și pentru viitorii tătici
- 6 sesiuni
- sesiuni de relaxare realizate în grupuri mici
- reduc stresul
- abordează discuții despre dezvoltarea creierului copiilor
- ajută la o mai bună înțelegere a capacităților de socializare ale copiilor
- ajută la identificarea necesităților individuale ale părinților
- oferă suport înainte și după naștere

program cu perspectiva de dezvoltare, pe viitor

Program prenatal
pentru viitorii tătici
(cunoscut și ca
„Tații contează”)

PROGRAME PENTRU PĂRINȚI, ORGANIZATE SEPARAT ÎN BAZA DE GEN

GRUP PERSONAL

Grup pentru
Mămici

- 14 sesiuni
- discuții despre experiențele din copilărie ale părinților
- discuții despre experiențele curente, în viața de adult
- ajută la identificarea necesităților individuale ale părinților
- contribuie la atingerea unui nivel mai înalt de bunăstare a adulților

Grup pentru
Tătici

PRÂNZUL

Părinții, copiii și coordonatorii programului
servesc prânzul împreună

Activitățile amiezii: jocuri și cântece

ATELIER PENTRU PĂRINȚI BAZAT PE ABILITAREA PĂRINȚILOR ȘI DEZVOLTAREA COMPETENȚELOR PARENTALE

Grupul
pentru Bebeluși
mai mici
de 18 luni

Grupul
pentru Copii mici
de la 18 luni
la 5 ani

- ateliere pentru părinți
- răspunsuri pozitive (de la/pentru părinți) în baza filmulețelor vizionate
- discuții despre experiențele din viața de părinte cu abordarea aspectelor emoționale, relaționale și ludice (de joc)

Program pentru Tați cu dificultăți
de învățare

PROGRAM DE EDUCAȚIE PARENTALĂ „Mellow Parenting”



Conținutul acestei publicații intră în responsabilitatea
exclusivă a AO „Parteneriate pentru fiecare copil”
și nu reflectă în mod necesar viziunea Uniunii Europene.

Pentru mai multe detalii, ne puteți contacta la adresa:



HealthProm
Ensuring vulnerable children have the best start in life

**Mellow
Parenting**

PARTENERIATE PENTRU FIECARE COPIL
PARTNERSHIPS FOR EVERY CHILD

„Mellow Parenting” este un program preluat din Marea Britanie, fiind testat și evaluat cu rezultate pozitive pentru contribuția sa la stabilirea unor relații puternice între părinți și copii, interacțiunile dintre aceștia devenind mai pozitive și mai frecvente.

Datorită faptului că este un program flexibil la necesitățile locale, „Mellow Parenting” a fost adaptat cu ușurință și aplicat în alte țări, precum:

Germania,
Rusia,
Tadjikistan,
Noua Zeelandă,
Scoția.

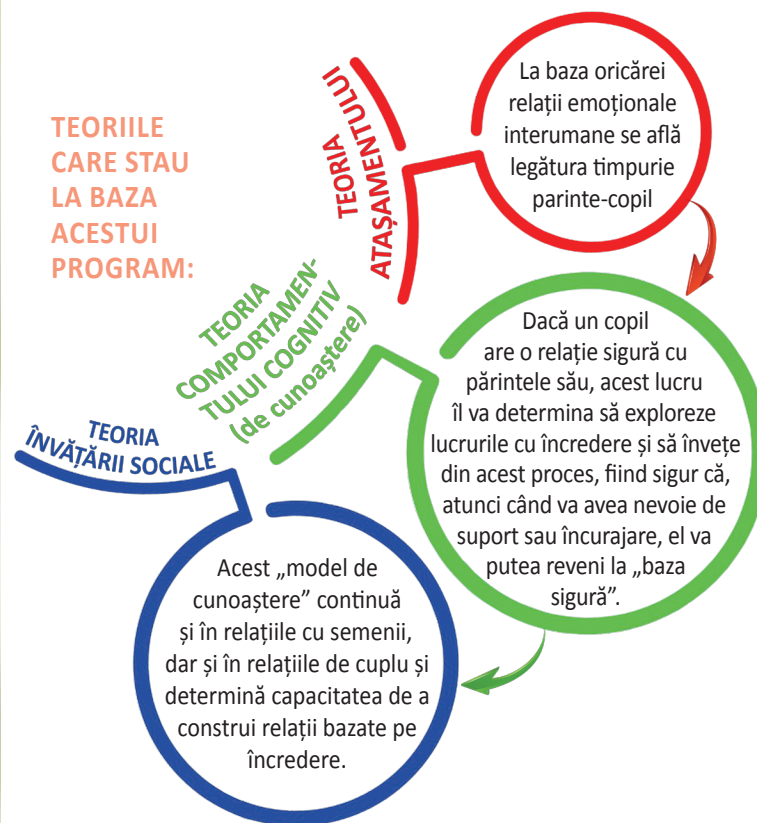


În Republica Moldova, programul de educație parentală „Mellow Parenting” este implementat în premieră de AO ”Parteneriate pentru fiecare copil” în 5 raioane ale țării: Cahul, Călărași, Fălești, Nisporeni și Ungheni, cu suportul financiar al Uniunii Europene, în cadrul proiectului ”Sporirea accesului copiilor cu necesități speciale la servicii comunitare de suport și educație în primii ani de viață” în valoare de 680,000 Euro. Programul este dezvoltat în cooperare cu Organizațiile Mellow Parenting și HealthProm din Marea Britanie, cu susținerea Ministerului Muncii, Protecției Sociale și Familiei, Ministerului Educației și a administrațiilor publice locale din cele cinci raioane beneficiare ale proiectului.



DESPRE PROGRAM

Programul „Mellow Parenting” este un program de educație parentală, menit să susțină părinții în dezvoltarea competențelor parentale la diferite etape de dezvoltare a copilului, începând cu cea prenatală, până la vârsta preșcolară.



Programul „Mellow Parenting” se axează și pe principiile de învățare a adulților, prin prisma cunoștințelor acumulate și a experiențelor trăite de către participanți, lucrul în grup fiind o bună oportunitate de a evidenția aspectele practice ale acestor trăiri.

ACTIVITĂȚI ÎN CADRUL PROGRAMULUI

Programul prevede **14 sesiuni de grup**, la care părinții participă împreună cu copiii lor. O sesiune are loc o dată în săptămână, iar un ciclu complet de frecvență a programului „Mellow Parenting” constituie **14 săptămâni**.

Componenta unui grup poate include până la **10 părinți**, iar în funcție de gen, sesiunile se desfășoară separat pe: Grupuri pentru Mămici și Grupuri pentru Tăți.

Ghidați de **2 facilitatori**, părinții discută despre interacțiunea dintre ei și copiii proprii, **învăță să-și gestioneze emoțiile, să construiască relații armonioase cu copiii lor** și să stabilească pentru ei înșiși stilul de educație pe care să-l adopte în relația cu copiii, chiar de la cea mai timpurie etapă de **dezvoltare**.

Programul include o **combinație de activități structurate** ca: **lucrul în grup, prelegeri, teme pentru acasă cu implementarea practică, sesiuni video**, precum și unele **acțiuni comune**, cum ar fi **servirea mesei și activitățile creative**, timp de calitate pe care părinții îl petrec împreună cu copiii, savurând din momentele distractive și învățând să comunice asertiv unii cu alții.

REZULTATE

Programele de Educație Parentală contribuie la:

- sporirea nivelului de încredere în propriile capacități și creșterea autostimei
- reducerea comportamentului negativ la copii
- dezvoltarea comportamentului pozitiv, precum și
- reducerea certurilor, care, deseori, erau cauzate de comportamentul provocator
- reducerea nivelului de anxietate și a depresiei la părinți
- o îmbunătățire semnificativă a sănătății mintale a participanților.