

Projekt Centra pro rodinu a sociální péči z. s. podpořený MAS Pobeskydí

Stabilní a dobře fungující rodina dokáže v řadě případů překonat sociální problémy a snižuje riziko sociálního vyloučení jejich členů.

Díky podpoře EU, MPSV a MAS Pobeskydí mohla naše organizace realizovat projekt

Kompetence pro stabilnější rodinu CZ.03. 2.65/0.0/0.0/16_047/0007208

Projekt se zaměřoval na prevenci sociálního vyloučení rodin pečujících o děti v rámci obcí MAS Pobeskydí posílením jejich rodinných a rodičovských kompetencí, rozvojem komunikačních a psychosociálních dovedností, posílením osobních kompetencí v běžném životě. Tímto jsme se také snažili přispět k posílení jejich sebedůvěry pro zapojení do komunity a obnovení či upevnění kontaktu s přirozeným sociálním prostředím. Vytvořit prostor pro setkávání, komunikaci, výměnu zkušeností mezi rodinami...

V rámci tohoto projektu **od 2. 4. 2018 do 29. 3. 2019** proběhly tyto klíčové aktivity:

KA1 Interaktivní programy s rodinnou tematikou (5x Motivační setkání celkem pro 140 osob)

- v rámci této klíčové aktivity jsme uskutečnili **2x –Den pro rodinu v Komorní Lhotce 07/18 a Třanovicích 09/18** účastníci měli možnost shlédnout výstavu Svoji, využít poradenských služeb a zúčastnit se interaktivních programů pro celou rodinu (Manželské rande, hlavolamy)
- **Motivační setkání** a výstava Mezinárodní rok rodiny v kontextu evropských změn – první setkání se uskutečnilo 5. 5. 2018 v **Hnojníku s účastí 19 osob**
- Motivační setkání a výstava Svoji – druhé setkání proběhlo 17. 2. 2019 v **Chotěbuzi s účastí 43 osob**
- Motivační setkání a výstava Svoji – třetí setkání proběhlo 10. 3. 2019 ve **Smilovicích s účastí 40 osob**
- Motivační setkání a výstava Svoji – čtvrté setkání proběhlo 17. 3. 2019 v **Těrlicku s účastí 19 osob**
- Motivační setkání a výstava Svoji – páté setkání proběhlo 29. 3. 2019 v **Dobré s účastí 19 osob**

KA2 Rodičovské skupiny pro posílení osobních a rodičovských kompetencí 5x, měly vždy 9 setkání, každý z účastníků mohl také využít odborných rodinných konzultací. Rodičovské skupiny probíhaly **od září 2018** na **3 místech** a to ve **Stonavě, Staré Vsi nad Ondřejnicí a Horních Domaslavicích**. V roce **2019** pak proběhly další **2 běhy** a to v **Komorní Lhotce a Brušperku**. Celkově z **93 přihlášených úspěšně absolvovalo všech 9 setkání 61 osob a rodinných konzultací využilo 20 osob**.

Rodiče se setkávali a interaktivně si osvojovali praktiky jak posilovat své rodičovské a osobní kompetence. Získávali zde dovednosti, jak vést děti k zodpovědnosti, samostatnosti, spolupráci a zvládnutí životních situací, jak z domova vytvořit pro děti zázemí podpory, porozumění a lásky. Cílem bylo také naučit rodiče zvládat krizová období např. dospívání, předejít negativním jevům. Velmi důležitá byla vzájemná interakce a inspirace rodičů.

KA 3 Cesta efektivní komunikace- rozvoj praktických zkušeností proběhla od května do června 2018 v Hnojníku 4 lekce absolvovalo 12 osob. Druhého běhu, který probíhal v lednu 2019 v Horních Domaslavicích, se zúčastnilo také 12 osob. (Celkem 24 osob)

Skupina účastníků pracovala pod vedením dvojice zkušených lektorů na poznání vlastních komunikačních návyků a jejich změně. Účastníci si mohli prakticky vyzkoušet např. jak zvládat komunikaci v emočně vypjatých situacích a seznámit se s konstruktivním řešením konfliktů. Velký důraz byl kladen na práci na sobě, rozvíjení osobnostních kvalit a kompetencí na využití komunikace jako prostředku ke společenskému uplatnění, upevňování vztahů a vlastnímu rozvoji.

KA 4 Pomoc při uplatňování práv a zvládnání zátěží běžného života doprovázení rodinným konzultantem využilo 10 osob.

Tato aktivita přirozeně navazovala na všechny předchozí. Všichni účastníci, kteří řešili složité situace ve svých rodinách, vztazích či komunitě, mohli využít naše rodinné konzultanty k osobnímu doprovázení při zvládnání zátěží běžného života především v rodinném životě, v oblasti manželství, partnerství, rodičovství, při přípravě na dlouhodobý vztah, v mezigeneračních vztazích apod.

Do projektu se zapojilo celkově 237 osob.

Někteří se účastnili více aktivit.

Zpětná vazba od účastníků

- Důležité pro mě bylo, že základ problému je často v komunikaci. Našla jsem spoustu inspirací a motivace na sobě pracovat, pracovat na komunikaci mezi lidmi, a pokud chci něco změnit musím začít u sebe.
- Atmosféra super, rodinná atmosféra, uvolněnost účastníků, zkušenosti druhých, úkoly, které podnítily k přemýšlení.
- Témata zajímavé, objevné. Škoda, že se takové „věci“ neřeší dříve, třeba v rámci školního vzdělávání
- Pochopení vztahů, rovnováha ve výchově, velká inspirace a uvědomění si chyb ale i správných postupů. Mělo by se zavést do osnov na ZŠ alespoň kousek o pravidlech komunikace, pochopení, naslouchání, všem by se žilo lépe.
- Můj zájem o kurz ovlivnilo to, že byl inzerovaný v měsíčníku města, ale i kdybych měla dojíždět třeba 20 km, tak bych se přihlásila.
- Absolvování skupiny bylo pro mne přínosem, zlepšení vztahů, uvědomění si určitých návazností chování okolí k mým reakcím a naopak, je mi inspirací.
- Jednoznačný přínos pro vztah a pak změna v rodičovském přístupu.
- Předání osobních zkušeností jiných a odborné rady, informace. Byl bych ochoten i dojíždět.
- Líbilo se mi, že tam byly příklady ze života mohli jsme rozebrat určité situace..., že si každý řeší nějaký problém, nejsme v tom sami.