

Link do produktu: <https://homodei.pl/silne-dzieci-potrzebuj-silnych-rodzicow-paula-honkanen-schoberth-p-377.html>



# Silne dzieci potrzebują silnych rodziców (Paula Honkanen-Schoberth)

Cena	<b>21,00 zł</b>
Numer katalogowy	<b>SILNE DZIECI</b>
autor	<b>Paula Honkanen-Schoberth</b>
format	<b>A5</b>
stron	<b>160</b>
ISBN	<b>978-83-64451-34-8</b>
rok wydania	<b>2015</b>
oprawa	<b>mięka</b>

## Opis produktu

Celem książki jest wzmocnienie poczucia własnej wartości rodziców jako wychowawców, ułatwienie wzajemnego zrozumienia i komunikacji w rodzinie. Rodzice uczą się budować pozytywny rodzicielski autorytet bez konieczności sięgania po kary fizyczne czy zranienia psychiczne. Podkreślone są również prawa i potrzeby dzieci - stworzenie im w rodzinie możliwości współdecydowania, przez co rozwija się ich kreatywność i wdraża je do odpowiedzialności. Ważną rzeczą jest skupienie uwagi nie na słabościach, lecz na mocnych stronach zarówno dzieci, jak i rodziców. W tym poradniku znajdziecie praktyczne przykłady, między innymi również sytuacji wywołanych złością, w których możecie pewne granice albo wyraźnie wyznaczyć, albo uzgodnić na nowo bez utraty panowania nad sobą, a także pomysły na to, jak zapobiegawczo wynajdywać własne rozwiązania, aby móc nabrać większej pewności siebie w kontaktach z dziećmi czy współmałżonkami.

\* \* \*

### Paula Honkanen-Schoberth

dyplomowana terapeutka rodzinna, studiowała nauki pedagogiczne, psychologię i socjologię. Współtworzyła koncepcję kursów „Silni rodzice – silne dzieci”. Od roku 2007 przewodnicząca federalnej centrali Niemieckiego Związku ds. Ochrony Dzieci (DKSB) w Berlinie.

### Spis treści

#### Wstęp

1. Dlaczego piszę tę książkę?
2. O historii powstania i kompozycji książki
3. Cel książki

#### Rozdział I

##### Jakie wyznają wartości i jakie mam cele wychowawcze?

1. Dlaczego chcę mieć dzieci?
2. Style wychowania
3. Prawa dzieci, ustawy i nauka – nowi „dostarczyciele” celów i wartości w wychowaniu?
4. Oenztowska Konwencja o prawach dziecka
5. Paragraf 1631 ustęp 2 niemieckiego kodeksu cywilnego (BGB)
6. Różne wartości i cele wychowawcze, czyli „zabawa z pasującymi kapeluszami”
7. Jakie wyznają wartości i jakie mam cele wychowawcze?
8. Jak możemy przekazywać nasze wartości dzieciom?
9. Przekazywanie wartości przez życie nimi i bycie wzorem

#### Rozdział II

---

### **Jak mogę wzmocnić u dziecka poczucie własnej wartości?**

1. Dlaczego to motto jest takie ważne?
2. Wzmacnianie u dzieci poczucia własnej wartości
3. Potrzeby rodziców – potrzeby dzieci
4. Środowisko jako czynnik utrudniający życie zarówno rodzicom, jak i dzieciom
5. Miłość, akceptacja, zaufanie jako podstawy poczucia własnej wartości
6. Feedback i jego zasady

### **Rozdział III**

#### **Jak mogę pomóc dziecku, kiedy ma problemy?**

1. Co pomaga rodzicom wspierać dzieci w trudnych sytuacjach?
2. Jak reagujemy, gdy dziecko ma problemy?
3. Siedem typowych sposobów reakcji
4. Empatyczne, aktywne słuchanie i wspólne poszukiwanie rozwiązań
5. Dalsze przykłady typowych sytuacji i wspomniane wcześniej typowe sposoby reakcji rodziców

### **Rozdział IV**

#### **Co robię, kiedy mam problemy, czyli jak wyrażam swoje potrzeby?**

1. Potrzeby rodziców
2. Reakcje, kiedy moje potrzeby nie są zaspokajane
3. Reakcja dzieci na frustrację i „stany złości” u rodziców
4. Jak my, rodzice, powinniśmy wyrażać swoje uczucia i potrzeby, czyli jednotorowość myśli, uczuć i słów
5. Przykłady szczerości
6. „Wypowiedzi »ja«”
7. Efekt stosowania „wypowiedzi »ja«”
8. Przykład „wypowiedzi »ja«”, czyli typowa bajka rodzinna

### **Rozdział V**

#### **Jak rozwiązujemy konflikty w rodzinie?**

1. Problemy i konflikty jako element życia
2. O czyj problem chodzi?
3. Problemy na płaszczyźnie partnerskiej, czyli kiedy kłócą się rodzice
4. Problemy między dziećmi
5. Trudne momenty w rodzinie, które dotyczą wszystkich
6. Techniki rozwiązywania konfliktu
7. Kroki zmierzające do rozwiązania konfliktu
8. Udział dzieci, czyli jak wspólnie rozwiązujemy problem
9. Fazy rozwiązywania konfliktu. Skrócona wersja „w przelocie”, czyli metoda dwóch alternatyw
10. Dodatkowe wsparcie przy rozwiązywaniu konfliktu
11. Pytanie dzieci – często one same znajdują dla siebie najlepsze rozwiązanie
12. Wytyczanie granic
13. Wytyczanie granic i mówienie „nie” – prawo dzieci
14. Szacunek
15. Bycie rodzicem dziś

### **Aneks**

Konwencja o prawach dziecka przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych (artykuły 9–17)