



*Izobraževalni center Pika*

## **PREDAVANJE ZA STARŠE**

# **OPOLNOMOČENJE STARŠEV OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI**

### **OPIS VSEBINE**

*»Najprej se vprašajte: 'Ali težko sprejemate?' Če ste odgovorili z 'da', potem se podcenjujete. Poskusite vsako jutro ponavljati to misel: 'Vsak dan mi je malo lažje sprejemati.'« -Nkem Ndefo*

Življenje samo po sebi prinaša težke trenutke, skrbi in stiske, ki nas lahko hudo obremenijo ali pa celo zlomijo, ne glede na to, kako močni smo in koliko volje premoremo. Poiskati pomoč, da se lažje soočimo z izzivi življenja pri partnerju, prijatelju, svojcu ali strokovnjaku, je v resnici znak moči in sposobnosti, da se človek zmore postaviti zase in poiskati rešitev. Ta moč besede, pogovora, ustvarja čudeže in nas opomni, da na vsem tem svetu, niti en človek ni sam.

Naše podporne povezave so učinkovite, ko lahko pritrdimo na vprašanja kot so: Ali imate koga, ki mu je resnično mar za vas? Koga, ki vam je blizu? Koga, ki vam želi pomagati? Nekoga, ki mu lahko zaupate in ste z njim povsem iskreni? V nasprotnem primeru, verjetno nimate učinkovite podpore, s katero bi poskrbeli za svoje telesno zdravje, našli smisel življenja, imeli občutek ugodja, povezanosti in varnosti.

Če se pogosto počutite popolnoma izgubljene in pozabite skrbeti zase, ker tega razkošja v urah nimate, vam predstavljam nabor učinkovitih praks, ki jih imamo vedno pri roki. To so orodja, ki vam pomagajo ostati mirni in najti veselje pri starševstvu intenzivnega, netipičnega otroka. Želim jih deliti z vami, da se ne boste več počutili tako preobremenjeni in izolirani.

Vaša skrb zase je pomembna, potrebujete jo, da ostanete povezani s svetom in opravljate svoje poslanstvo. Kaj boste torej naredil glede tega?

Predavanje je namenjeno staršem otrok/mladostnikov s posebnimi potrebami, starih med 6 in 18 let.

Zapisa: Mojca Jerovšek Toth, predavateljica, september 2022



## **OSNOVNE INFORMACIJE za predavanje: Opolnomočenje staršev otrok s posebnimi potrebami**

Predavanje bo v ponedeljek, **16. januarja 2023**, s pričetkom ob 17.00 in zaključkom ob 18.30 uri, v predavalnici IC Pika (Zemljemerska 7, Ljubljana).

**Vabljeni ste starši otrok/mladostnikov s posebnimi potrebami, starih med 6 in 18 let.**

*Predavanje ni namenjeno strokovnemu izpopolnjevanju vzgojiteljev in drugih strokovnjakov. Za strokovne delavce pripravljamo seminarje/delavnice. Več v povezavi: <https://icpika.si/za-strokovnjake/>*

**Predavanje bo imela Mojca Jerovšek Toth, psihologinja, svetovalna delavka CJL OVI Jarše.**

**Kotizacija: Predavanje je brezplačno, potrebna je prijava.**

### **PRIJAVA NA PREDAVANJE:**

Prijave zbiramo **od četrтка, 5. januarja 2023, od 12.00 ure naprej**. Prijavite se preko **spletnega obrazca**, s klikom na povezavo:

<https://1ka.arnes.si/a/75217fad>

Dodatne informacije o predavanju lahko dobite po elektronski pošti na naslovu: [pika@centerjanezalevca.si](mailto:pika@centerjanezalevca.si) ali nas pokličete na tel. št.: **01/43-42-360**

### **O PREDAVATELJICI:**

Mojca Jerovšek Toth je univerzitetna diplomirana psihologinja in mati sedmih otrok. Že več kot dve desetletji dela na Centru Janeza Levca Ljubljana, z otroki in mladostniki z motnjami v duševnem razvoju in dodatnimi motnjami, stari od 6 do 26 let. Ko je spoznala, kako njeno strokovno delo vpliva na učence in njihove družine, se je zavezala k vseživljenjskemu učenju in usposabljanju s področij VIZ, psihodagnostičnega ocenjevanja ter svetovanja. Z neposrednim delom pomaga otrokom, da se lažje soočajo z razvojnimi stiskami in različnimi psihičnimi stanji, ki jim otežujejo razvijanje lastnih potencialov ter funkcionalnih oblik vedenja. Posredno pomaga staršem in pedagogom, da z učinkovitimi orodji proaktivno, neodvisno in uspešno delajo z otroci /učenci. Izvaja preventivne delavnice za otroke in mladostnike, organizira strokovna predavanja za strokovne delavce, več let že vodi Skupino za pozitivno starševstvo. Iz številnih svojih, tako profesionalnih, kot osebnih izkušenj, piše poljudne članke, sodeluje na strokovnih konferencah, posvetih in okroglih mizah, pri delu jo navdihuje želja, da lahko pomaga drugim, da se lažje soočijo z izzivi življenja in poiščejo pomoč za svoje težave.

Osnovne informacije je pripravila: Ajda Predalič, koordinatorica v IC Pika, december 2022