Πρόγραμμα Επιμορφωτικών Σεμιναρίων για Γονείς 2026–2027

Σύνδεσμος Γονέων Δημοτικού Σχολείου Αγλαντζιάς Δ΄

Αναλυτικές Περιγραφές των Σεμιναρίων

Σεμινάριο 1

Εμείς, το σεξ και τα παιδιά μας: Οδηγός Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης για Γονείς/Κηδεμόνες

Επιμορφώτρια: Μαργαρίτα Καψού (Σεμινάριο Παιδαγωγικού Ινστιτούτου)

Ημερομηνία: 1η Δεκεμβρίου 2026

Ώρα: 18:00–20:00

Σκοπός του σεμιναρίου είναι η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των γονέων/κηδεμόνων γύρω από θέματα σεξουαλικότητας, καθώς και η ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας, ώστε να μπορούν να συζητούν με μεγαλύτερη άνεση και αυτοπεποίθηση με τα παιδιά τους για σχετικά ζητήματα. Ενδεικτικά, θα συζητηθούν θέματα όπως η σεξουαλική ωρίμανση, η αντισύλληψη, η Περιεκτική Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση, τα στερεότυπα των φύλων, τα κοινωνικά ταμπού και η αποδοχή της διαφορετικότητας. Ιδιαίτερα σημαντικό είναι ότι πρόκειται για βιωματικό σεμινάριο, το οποίο περιλαμβάνει ομαδικές δραστηριότητες, συζήτηση, ερωτηματολόγια, σχολιασμό υποθετικών σεναρίων και δραματοποίηση ρόλων.

- Απευθύνεται σε γονείς παιδιών των τάξεων ΚΑ και ΚΒ.
- Μέγιστος αριθμός συμμετεχόντων: 30 άτομα.
- Διάρκεια: περίπου 90 λεπτά.

Πρόγραμμα Επιμορφωτικών Σεμιναρίων για Γονείς 2026-2027

Σύνδεσμος Γονέων Δημοτικού Σχολείου Αγλαντζιάς Δ΄

Σεμινάριο 2

Δημιουργώ Σχέση Εμπιστοσύνης με το παιδί μου – Θετική Επικοινωνία και Ενεργητική Ακρόαση μέσα στην Οικογένεια

Επιμορφώτρια: Χριστίνα Αλεξάνδρου (Σεμινάριο Παιδαγωγικού Ινστιτούτου)

Ημερομηνία: 27 Ιανουάριου 2027

Ώρα: 18:00-20:00

Το σεμινάριο αυτό εφοδιάζει τους γονείς/κηδεμόνες με συγκεκριμένες μεθόδους και τεχνικές, έτσι ώστε να επιτύχουν να δημιουργήσουν μέσα στην οικογένεια τους ένα περιβάλλον ασφάλειας και εμπιστοσύνης. Τα παιδιά μας έρχονται αντιμέτωπα με ποικίλες προκλήσεις και κινδύνους καθημερινά στη ζωή τους (βία, εκφοβισμός, υπερβολική χρήση ηλεκτρονικών συσκευών, διαδίκτυο, εξαρτήσεις κλπ). Χρειάζονται ένα άτομο εμπιστοσύνης στο οποίο θα στραφούν όταν χρειάζονται ουσιαστική βοήθεια. Οι γονείς/κηδεμόνες μέσα από αυτή την εκπαίδευση λαμβάνουν πρακτικά εργαλεία και τεχνικές για να επιτύχουν αποτελεσματικά τη Θετική Επικοινωνία, και την Ενεργητική Ακρόαση μέσα στην οικογένεια τους. Κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου θα απαντηθούν ερωτήματα που απασχολούν κάθε γονιό:

- Πως μπορώ να καταφέρω να με ακούει το παιδί μου χωρίς να φωνάζω συνεχώς;
- Πως μπορεί το παιδί μου να νιώσει ότι μπορεί να μου μιλά όταν αντιμετωπίζει μια δυσκολία;
- Πως μπορώ να βοηθήσω το παιδί μου να με εμπιστευτεί όταν έχει κάποιο σοβαρό πρόβλημα και χρειάζεται στήριξη;
- Πως μπορώ να κτίσω γερές γέφυρες επικοινωνίας με το παιδί μου;

- Απευθύνεται σε γονείς παιδιών των τάξεων ΚΑ και ΚΒ.
- Δεν υπάρχει ανώτατος αριθμός συμμετεχόντων.
- Διάρκεια: περίπου 90 λεπτά.

Σεμινάριο 3

Ψηφιακός Γραμματισμός στην οικογένεια: Πώς οι γονείς υποστηρίζουν τα παιδιά στην κριτική κατανόηση των Ψηφιακών Μέσων

Επιμορφώτρια: Άντρη Βρυώνη (Σεμινάριο Παιδαγωγικού Ινστιτούτου)

Ημερομηνία: 10 Φεβρουαρίου 2027

Ώρα: 18:00-20:00

Το σεμινάριο αποσκοπεί στην ενδυνάμωση των γονέων, ώστε να υποστηρίζουν τα παιδιά τους στην ανάπτυξη ψηφιακού γραμματισμού, κριτικής σκέψης και υπεύθυνης χρήσης των ψηφιακών μέσων. Στο σύγχρονο ψηφιακό περιβάλλον, η αξιολόγηση της αξιοπιστίας των πληροφοριών, η αναγνώριση της παραπληροφόρησης και η κατανόηση των μηχανισμών επιρροής αποτελούν βασικές δεξιότητες. Η επιστημονική τεκμηρίωση αναδεικνύει τον καθοριστικό ρόλο της οικογένειας στην ανάπτυξη ψηφιακών συνηθειών και την ανάγκη συνεργασίας σχολείου και γονέων. Η παιδαγωγική προσέγγιση βασίζεται στη μάθηση μέσω διερεύνησης και επίλυσης αυθεντικών προβλημάτων, αξιοποιώντας τη μεθοδολογία Project-Based Learning (PBL) και σύγχρονα ευρωπαϊκά και διεθνή πλαίσια ψηφιακών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων. Η επιμορφωτική συνάντηση οργανώνεται ως Parent Challenge Lab και περιλαμβάνει συζήτηση εμπειριών, ανάλυση πραγματικών σεναρίων, συνεργατική διερεύνηση και σχεδιασμό ενός Family Digital Literacy Plan. Οι γονείς εξετάζουν ζητήματα όπως η παραπληροφόρηση, η επιρροή των influencers και οι ψηφιακές συνήθειες των παιδιών, αναπτύσσοντας πρακτικές στρατηγικές οικογενειακής καθοδήγησης. Με την ολοκλήρωση του σεμιναρίου αναμένεται να μπορούν να αξιολογούν ψηφιακές πληροφορίες, να ενισχύουν την κριτική σκέψη των παιδιών και να εφαρμόζουν πρακτικές υπεύθυνης και ασφαλούς χρήσης της τεχνολογίας στην καθημερινή οικογενειακή ζωή.

- Απευθύνεται σε γονείς παιδιών των τάξεων ΚΑ και ΚΒ.
- Δεν υπάρχει ανώτατος αριθμός συμμετεχόντων.
- Διάρκεια: περίπου 90 λεπτά.

Σεμινάριο 4

Απλώνουμε Ευτυχία – Γονείς και Εκπαιδευτικοί μαζί: Ένα βιωματικό ταξίδι σύνδεσης, ενδυνάμωσης και έμπνευσης για να ανθίσει το παιδί

Επιμορφώτρια: Γεωργία Σολωμού (Εκπαιδευτικός και Συγγραφέας)

Ημερομηνία: 3 Μαρτίου 2027

Ώρα: 18:00–20:00

Ένα ξεχωριστό, διαδραστικό σεμινάριο, βασισμένο στο βιβλίο της επιμορφώτριας «Απλώνουμε Ευτυχία – Οδηγός για γονείς και εκπαιδευτικούς». Μέσα από βιωματικές δραστηριότητες, παιχνίδια, προβληματισμούς και πρακτικά εργαλεία, θα ανακαλύψουμε τρόπους να καλλιεργούμε την αυτοεκτίμηση, την ψυχική ανθεκτικότητα, την ενσυναίσθηση και τις αξίες που βοηθούν τα παιδιά να μεγαλώνουν με αγάπη, αυτοπεποίθηση και χαρά.

- Απευθύνεται σε γονείς παιδιών των τάξεων ΚΑ και ΚΒ, καθώς και σε εκπαιδευτικούς.
- Δεν υπάρχει ανώτατος αριθμός συμμετεχόντων.
- Διάρκεια: περίπου 90 λεπτά.

Σεμινάριο 5

Ανάπτυξη Γονικών Δεξιοτήτων: Μέθοδοι Πειθαρχίας που Καλλιεργούν την Υπευθυνότητα και την Ψυχική Ανθεκτικότητα στα Παιδιά

Επιμορφώτρια: Χριστιάνα Δίπλη (Σεμινάριο Παιδαγωγικού Ινστιτούτου)

Ημερομηνία: 20 Απριλίου 2027

Ώρα: 19:00–20:00

Το σεμινάριο επικεντρώνεται στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που θα βοηθήσουν τους γονείς να διαχειρίζονται αποτελεσματικότερα τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν τα παιδιά τους στο σχολικό και οικογενειακό περιβάλλον. Ειδικότερα, θα εξεταστούν ζητήματα όπως η αδιαφορία για το σχολείο, η δυσκολία προσαρμογής και ένταξης στο σχολικό περιβάλλον, η απόρριψη από συνομηλίκους, καθώς και η απειθαρχία και η ανυπακοή στους σχολικούς κανονισμούς. Παράλληλα, θα δοθεί έμφαση στη βελτίωση της επικοινωνίας και των σχέσεων μεταξύ γονέων και παιδιών, αλλά και μεταξύ γονέων και εκπαιδευτικών, καθώς και στην ψυχική και συναισθηματική ενδυνάμωση των γονέων.

Το σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί με τη μορφή διάλεξης.

- Απευθύνεται σε γονείς παιδιών των τάξεων ΚΑ και ΚΒ.
- Δεν υπάρχει ανώτατος αριθμός συμμετεχόντων.
- Διάρκεια: 60 λεπτά.

Σεμινάριο 6

Εργαστήρι Αυτογνωσίας: Γίνε η Αλλαγή που Θέλεις να Δεις στο Παιδί σου!

Επιμορφώτρια: Στέλλα Νικολάου (Συμβουλευτική Ψυχολόγος – Συστημική / Οικογενειακή Θεραπεύτρια)

Ημερομηνία: 19 Μαΐου 2027

Ώρα: 18:00–20:00

Η αλλαγή ξεκινά από εμάς. Πριν ζητήσεις από το παιδί σου να αλλάξει, αναρωτήσου: τι μπορείς να αλλάξεις εσύ; Η γονεϊκότητα είναι ένα από τα πιο όμορφα, αλλά και πιο απαιτητικά ταξίδια της ζωής. Μέσα στους γρήγορους ρυθμούς της καθημερινότητας, συχνά ξεχνάμε να σταματήσουμε, να ακούσουμε τον εαυτό μας και να συνδεθούμε ουσιαστικά με όσα έχουν πραγματική αξία. Κι όμως, τα παιδιά δεν μαθαίνουν μόνο από όσα τους λέμε. Μαθαίνουν κυρίως από όσα βλέπουν σε εμάς. Στο βιωματικό αυτό εργαστήρι (με δραστηριότητες αυτογνωσίας και συζήτηση) θα κάνουμε μια ουσιαστική στάση στον δρόμο της γονεϊκότητας και θα εξερευνήσουμε:

- Τα μηνύματα που μεταδίδουμε στα παιδιά μέσα από τις καθημερινές μας επιλογές και συμπεριφορές.
- Τη διαχείριση των συναισθημάτων μας και τη δύναμη της συναισθηματικής επίγνωσης.
- Την επανασύνδεση με τις προσωπικές μας αξίες και όσα έχουν πραγματικά σημασία.
- Τις εσωτερικές μας δυνάμεις και τις πηγές ανθεκτικότητας που μας βοηθούν να ανταποκρινόμαστε στις προκλήσεις.

«Τα παιδιά δεν χρειάζονται τέλειους γονείς. Χρειάζονται γονείς που εξελίσσονται.» Χρειάζονται γονείς που μαθαίνουν να φροντίζουν τον εαυτό τους, να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους, να κάνουν χώρο για όσα έχουν σημασία και να εξελίσσονται μαζί με τα παιδιά τους. Γιατί η μεγαλύτερη κληρονομιά που μπορούμε να αφήσουμε στα παιδιά μας δεν είναι μόνο όσα τους διδάσκουμε, αλλά ο άνθρωπος που επιλέγουμε να γινόμαστε κάθε μέρα.

- Απευθύνεται σε γονείς των τάξεων ΚΑ και ΚΒ.
- Δεν υπάρχει ανώτατος αριθμός συμμετεχόντων.
- Διάρκεια: περίπου 90 λεπτά.