

Escola de Pais

www.escoladepais.org

Mudanças e Enriquecimento através do Grupo de Pais

A relação com os filhos e a sua educação colocam desafios constantes aos pais. Todos os pais têm por vezes dúvidas e inquietações relativamente à parentalidade. Muitos pais querem aprender e sentir-se melhor. Para isso necessitam de um espaço para encarar e elaborar as dificuldades de ser mãe ou pai.

A *Escola de Pais*, é uma iniciativa desenvolvida para dar resposta às necessidades dos pais em grupos pequenos semanais. Permite-lhes compreender e ajudar melhor os seus filhos e a si próprios, fortalecendo assim o seu papel fundamental no desenvolvimento emocional dos seus filhos.

No espaço seguro do grupo, caracterizado por um ambiente de confidencialidade e aceitação e pelo papel facilitador e contendor da psicoterapeuta, cada Mãe e cada Pai pode exprimir o que pensa e sente, pode ser escutado e compreendido, o que lhe possibilita reconhecer que outros têm experiências e dificuldades semelhantes. Através da vivência no grupo são mobilizados os recursos internos que todos os pais têm, são desenvolvidas as suas competências parentais. Os pais descobrem por si a resolver e a prevenir algumas dificuldades. Depois da participação no grupo sentem-se mais calmos e confiantes, a relação com os filhos melhora. Estes são alguns dos benefícios desta abordagem dirigida a pais que assenta nos princípios da Grupanalise.

Para mais informações pode consultar os artigos na [Pais&Filhos](#), [MAGG](#) (online) assim como os websites www.escoladepais.org e www.dslissabon.com.

Fica aqui o convite para vir conhecer este projeto inovador.

Patrícia Poppe
Psicóloga/Psicoterapeuta



Grupos de Pais - Escola Alemã Lisboa e Campus Estoril

Participantes: Mães e pais de alunos da Escola Alemã

Lisboa: à 2ª-feira 08.05 - 09.20 h; em Português; Biblioteca da Primária

Estoril: à 6ª-feira 8.30 - 9.45 h; em Alemão; Sala Aberta

10-15 sessões / sem custo

Pré- inscrições: enviar para patricia.poppe@dslissabon.com

Inscrições: Pessoalmente na Escola Alemã de Lisboa ou Campus Estoril (por marcação)