



## Poradenství, koučing, mediace - poradna Divizna

- Máte pocit, že je toho na Vás „moc“?
- Zdá se Vám, že nezvládáte věci tak, jak byste chtěl, či chtěla?
- Trápí Vás neshody v partnerském životě?
- Nedaří se Vám výchova Vašich dětí?
- Řešíte v rodině závažné problémy?
- Nevíte si rady, jak skloubit rodinu a zaměstnání?
- Cítíte se osamělý či osamělá?

Cílem služeb Divizny je pomoc dětem a dospělým v nepříznivých životních situacích, zvláště pak v rodinných a partnerských vztazích.

Nabízíme:

- **Základní sociální poradenství** – zprostředkování kontaktů na dostupné služby.
- **Individuální, rodinné a párové poradenství a terapii** – jedná se o prevenci, poradenství nebo terapeutickou pomoc, zaměřené na předcházení problémům v osobním životě jednotlivce, v životě páru i celé rodiny.
  - Individuální poradenství – oblasti osobnostního růstu, zvládnání stresu, mezilidské komunikace, převzetí odpovědnosti, zvládnání hněvu, plánování času atd.
  - Párové poradenství – nácvik otevřené komunikace, vyjadřování pocitů, intimní soulad, potřeby manželů, výchova dětí, soužití s prarodiči ad.
  - Rodinné poradenství – oblasti sourozenecké rivality, výchovy dětí, úmrtí v rodině, ztráta zaměstnání jednoho z rodičů a další.
- **Partnerské koučování** – jedná se o sezení v páru či jednotlivě, jehož cílem je pod vedením zkušené koučky hledat a nalézat nová řešení, získávat jiný náhled na problémy v partnerském soužití.
- **Mediaci** – mediace je metoda rychlého a kultivovaného řešení konfliktů za asistence třetí, neutrální strany – mediátora. Mediátor zprostředkovává vzájemné vyslechnutí, prostor dostávají obě strany, mediátor podrobně zjišťuje jejich pohled na věc. Mediátor pracuje s emocemi zúčastněných tak, aby zajistil oboustranný respekt a vzájemné porozumění dané situaci. Cílem mediace je společná tvorba oboustranně přijatelné dohody.

Výhody mediace oproti soudnímu jednání:

- Účastníci mají proces řešení sporu a podobu konečného výsledku ve vlastních rukou.
- Mediace je rychlejší než proces soudního sporu.
- Důvěrné informace nejsou šířeny mimo zúčastněné strany.
- Dává možnost budoucí spolupráci a kultivaci vzájemných vztahů.
- Nalezená řešení jsou efektivnější a kreativnější a lépe zohledňují potřeby zúčastněných.

Mediace je vhodná pro řešení sporů:

- v partnerských, rodičovských a mezigeneračních vztazích (komunikace, péče o domácnost, pravidla společného soužití...),
- v případě nedorozumění v rodinném životě (spory o výchově, budoucnosti dětí, péče o nemocného člena rodiny, rodiče či prarodiče...)
- v případě sporů před rozvodem, při rozvodu a po rozvodu (podíl na výchově dětí, řešení bydlení, rozdělení společného majetku...)



- **Rodinné konference** - rodinná konference je jedna z možných metod sociální práce, která klade důraz na individuální přístup k rodinám a může vhodně doplňovat a rozvíjet stávající systém péče v nejlepším zájmu dětí.
  - RK vychází z principu ponechání odpovědnosti za vlastní situaci na rodině, podporuje a zplnomocňuje rodinu v tom, aby si v první fázi řešení svého problému uměla pomoci sama.
  - RK je setkání s vašimi blízkými, na kterém můžete společně vymyslet řešení vaší situace. Využijete to nejpřirozenější – sílu, možnosti, znalosti a pomoc celé rodiny, přátel a dalších důležitých osob.
  - Každá rodinná konference je jedinečná, protože jsou to lidé – děti, rodiče, prarodiče, další příbuzní, přátelé, sousedé, spolužáci, důležití známí tvořící širší rodinu kolem dítěte, kteří pomáhají rodině při rozhodnutí, jak chce svou momentální situaci řešit.
  - Při její přípravě je důležité zajistit, aby tento okruh kolem dítěte byl co nejširší. Čím více lidí, tím více pohledů, porozumění a příležitostí přijít s nápadem, či možnou pomocí.
  - RK vám pomáhá zorganizovat nezávislý koordinátor, který není zaměstnancem OSPOD.

Rodinná konference se ukazuje využitelná pro rodiny v krizových situacích, např. kde hrozí odebrání dítěte nebo již bylo dítě umístěno v náhradní péči, může však také posloužit k podpoře v méně akutních případech, např. u příbuzenské pěstounské péče. Setkání je vhodné svolat také v rodinách, kde se řeší zvládání výchovných potíží u dospívajících nebo v případě, kdy je pro dítě v náhradní péči vhodná podpora v kontaktu s vlastní rodinou.

- **Poučení rodičům v řízení péče soudu o nezletilé**

V reakci na pozměněnou praxi Okresního soudu v Hodoníně jsou rodiče intenzivně poučováni (edukováni) a provázeni procesem směřujícím k dosažení vzájemné mimosoudní dohody (inspirováno tzv. Cochemskou praxí).

Nosnou myšlenkou tohoto modelu je, že nejlepším odborníkem na nezletilé dítě je jeho rodič, a měl by to být především on, kdo v případě rozpadu vztahu rodičů najde nejlepší řešení pro své dítě.

Rodiče, kterým soud doporučí tento způsob řešení sporu, jsou objednáváni prostřednictvím soudní tajemnice.

**Informace a objednávky:** Gabriela Kristová DiS., [divizna@cprhodonin.cz](mailto:divizna@cprhodonin.cz), tel. č. 606 415 329, adresa: Štefánikova 15, Hodonín, 695 01

**Ceník:**

Poradenství: 500 Kč/hod.

Mediace vedená psychoterapeutem: 500 Kč/hod.

Mediace vedená párem vyškolených mediátorů: 700 Kč/hod.

Rodinné konference a Poučení rodičům: zdarma

**V odůvodněných případech je možné částku snížit, či poskytnout službu zdarma. Neváhejte se na nás obrátit, cena nesmí být důvodem pro nevyužití služeb!**