

Być świadomym rodzicem...
**o warsztatach „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” realizowanych
w Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Puławach**

Monika Tusińska – pedagog Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Puławach
Anna Korpysa - pedagog Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Puławach
Realizatorzki „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców”

Rodzi się mały człowiek. Pamiętasz, kiedy to było? Ile uczuć towarzyszyło temu zdarzeniu? Oczekiwanie, niepewność, ekscytacja, radość, nadzieja. Nadzieja, że mamy przed sobą kwintesencję naszej miłości, nowe źródło szczęścia. Spełnia się nasz sens życia. Obiecujemy dziecku i sobie, że będzie najszczęśliwszym człowiekiem na świecie jednocześnie chcemy być najlepszym rodzicem. Pragniemy uchylić nieba istocie, która zjawiała się na świecie z naszej woli.

Bo jest nasza i jesteśmy za nią odpowiedzialni. Tak mocno nasza, jak chyba nic dotychczas. I tak mocno odpowiedzialni jak nigdy wcześniej ani później nie będziemy. Mały człowiek staje się największą miłością naszego życia. Podświadomie obiecujemy malutkim nóżkom usunięcie każdego kamienia z drogi a maleńkie rączki, ufnie ściskające naszą dojrzałą, mocną rodzicielską dłoń wierzą, że przeprowadzimy je w każdej trudnej sytuacji. Prostudusznemu spojrzeniu, do reszty oddającemu się pod naszą opiekę, chcemy pokazać nie tylko cuda tego świata, ale także czyhające nań pułapki. Zdajemy się słyszeć głos "jestem przy was bezpieczny moi rodzice". Mija czas... Zatraskani codziennością, staraniami o lepszy byt, żeby niczego nie zabrakło, żeby godnie żyć, żeby można było dać lepsze możliwości rozwoju swoim dzieciom, żeby im było łatwiej w życiu niż nam, biegniemy, biegniemy, biegniemy... Złap oddech! Zwolnij. Czy masz czas na chwilę refleksji? Co dla Ciebie oznacza fakt, iż dziecko jest Twoje? Czy jesteś pewien, że Twemu dziecku dajesz to, co jest mu najbardziej potrzebne? Czy pytałeś kiedykolwiek, czy przy Tobie czuje się dobrze? Czy pytałeś, jakie wspomnienia przywodzi mu na myśl słowo mama... tata...?

Czy wiesz co Twoje dziecko lubi w Tobie najbardziej, a co je najbardziej irytuje? Państwo przygotowuje członków swojego społeczeństwa do pełnienia różnych ról, mamy dostęp do przedszkoli, obowiązek przygotowania przedszkolnego, obowiązkową naukę w szkole, naukę różnych zawodów, studia, następnie dla wielu z nas obowiązkowe nauki przedmałżeńskie, często szkoła rodzenia, a potem? Radź sobie rodzicu sam! Dlaczego nikt nie przygotowuje nas do pełnienia roli rodzica? Dlaczego muszę udawać, że wiem wszystko, bo przecież jestem matką, ojcem? Bo tego oczekuje się od rodziców? Rodziców się oskarża, ale się ich nie uczy jak być dobrym i przede wszystkim skutecznym rodzicem. Skąd mam wiedzieć czy dobrze wychowuje swoje dziecko? Czy to co robię to dokładnie to, czego oczekiwały od nas maleńkie rączki i ufne spojrzenie kilka czy kilkanaście lat temu?

Jeśli zaciekały Cię te pytania lub tym bardziej dotknęły czulej struny, oznacza to, że jesteś wrażliwym otwartym i refleksyjnym rodzicem. Warto być świadomym rodzicem. Wiedzieć, co i dlaczego robimy niż błądzić po omacku. Czy zastanawiałeś się kiedyś co to znaczy wychowywać? Wychowywać nieprzypadkowo. Trzeba mieć świadomość, że "wychowywać" nie znaczy "wychować". Wychowanie to proces rozciągnięty w czasie. Trwa lata. Trudno określić kiedy się kończy. Pogarszające relacje ze swoim dzieckiem zrzucasz na konflikt pokoleń. Czy jeśli masz szansę poprawić relacje ze swoim 10, 15, czy 20- letnim dzieckiem, to znaczy, że jest za późno? Czy można powiedzieć, że jest za późno na zmiany? Zacząć po nowemu, z rozumną, świadomą miłością, akceptacją, ale i z konsekwencją, która jest podstawą w wychowaniu. Moim zdaniem nigdy nie jest za późno. Nie jest za późno, aby

wziąć życie w swoje ręce, aby nie dać się nieść przypadkowi, lecz budować zdrowe rodzinne relacje. Nie jest za późno, by przyznać się przed sobą - nie mam pewności czy dobrze wychowuje. Chcę być świadomym rodzicem.

W swojej pracy spotykam wielu rodziców, którzy mówią: "ja już wszystko robię, tłumaczę, tylko mój syn mnie lekceważy, z nim trzeba coś zrobić", "dziecko mnie nie słucha". I co robi rodzic, żeby było lepiej? Dostarcza dziecku to, czego sam nie miał: sprzęt komputerowy, najnowszy model komórki, iPod, iPada (nawet jeśli nie wie dokładnie czemu służy), markowe ubranie, luksusowe biurko czy korepetycje. "Przecież w końcu dziecko zrozumie, że robię to dla jego dobra!" I co się okazuje? Że to wcale nie skutkuje. Nadal dziecko zachowuje się nie tak, jakby tego chciał rodzic, nie tak, jakby zdaniem rodzica, on sam zachował się na miejscu dziecka. Rodzic czuje niewdzięczność, brak szacunku czuje porażkę wychowawczą. Czy jest jakieś rozwiązanie na tego rodzaju problemy, które dobrze znamy? Jest! Rozwiązaniem jesteśmy my sami: nasze wartości, przekonania, poglądy i sposób komunikowania się. Komunikowania nie tylko z naszymi dziećmi, ale także z innymi w naszym otoczeniu: mężem, żoną, partnerem, koleżanką i kolegą z pracy. Właściwa komunikacja jako podstawa dobrych relacji.

"Szkoła dla Rodziców i Wychowawców" to program spotkań dla każdego, kto szuka sposobu na nawiązanie głębszych i cieplejszych relacji z innymi, w tym z dziećmi. Jego głównym celem jest wspieranie rodziców i wychowawców w radzeniu sobie w codziennych kontaktach z dziećmi i młodzieżą.

Motto „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców” to: **„Wychowywać to kochać i wymagać”**.

Każdy, kto wychowuje chce mieć skuteczny sposób na porozumiewanie się i kontakt z dzieckiem. Jest to o tyle trudne, że nie ma jednakowych osób, tych samych sytuacji, gotowych recept idealnie pasujących do wszystkich i do wszystkiego. Lecz jako rodzice i wychowawcy nie musimy kroczyć po omacku i zdawać się tylko na intuicję i doświadczenia wyniesione z własnej rodziny. Szkoła dla Rodziców i Wychowawców pokazuje, że w wychowaniu potrzebne są konkretne umiejętności, których można się nauczyć. Adresatami programu są rodzice, nauczyciele, wychowawcy, katecheci, duszpasterze, siostry zakonne, pracownicy socjalni, kuratorzy sądowi, policjanci oraz osoby, którym zależy na dobrym porozumiewaniu się z innymi.

Zajęcia warsztatowe „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” prowadzimy w Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej w Puławach od lutego 2011 r. Zorganizowanych zostało osiem grup. Na uwagę zasługuje fakt zgłaszania się coraz większej ilości mężczyzn na nasze warsztaty. Gdy wyraziłam swoje uznanie jednemu z ojców za odwagę wzięcia udziału w takim przedsięwzięciu, odrzekł: „Chcę być odpowiedzialny za swoje dzieci nie mniej niż moja żona, chcę być autorytetem dla moich dzieci i chcę się tego nauczyć, bo dotychczas mi się nie udawało”. W zajęciach wzięli udział także nauczyciele: „Nie sądziłam, że te warsztaty mogą mnie tak wiele nauczyć, myślałam, że skoro jestem nauczycielem to już wszystko wiem. Nic bardziej błędnego. Tu o wychowywaniu nauczyłam się więcej niż podczas studiów”. Spotkania są okazją nie tylko do nauki budowania dialogowej relacji dorosły – dziecko, ale także tworzenia zintegrowanej grupy dorosłych, w której rodzice czują się bezpiecznie i nadzwyczaj dobrze.

Dr Krzysztof A. Wojcieszek mówi o „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców”, iż jest to

projekt wyjątkowo ważny i „najcenniejszy w zakresie profilaktyki jakim obecnie dysponujemy w Polsce. Przede wszystkim dotyczy ulepszania więzi dzieci i ich wychowawców – rodziców, ale i ich nauczycieli. A ta więź jest, według zgodnej opinii specjalistów, najsilniejszym, uniwersalnym czynnikiem chroniącym przed wszelkimi zaburzeniami, dysfunkcjami, patologiami. I odwrotnie, zaburzenia tej więzi, jej deficyt, wydaje się najsilniejszym czynnikiem ryzyka zaburzeń.” (Zeszyty metodyczne „Prezentacja rezultatów drugiego etapu badań ewaluacyjnych „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców” oraz zogniskowanych wywiadów grupowych z absolwentami „Rodzeństwa bez rywalizacji” CMPPP, Warszawa 2009).

Najlepszą rekomendacją na skuteczność „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców” niech będą słowa uczestników projektu:

„Gdy słyszę, że inni też mają problemy odzyskuję wiarę w siebie.” Małgorzata.

„Po pierwszych zajęciach już wiem, że zrobię wszystko, żeby uczestniczyć w każdym następnym.” Piotr

„Tak mi się tu podoba, że jak się skończy, to zapiszę się na drugą grupę, bo teraz to podwaliny, potrzebuję utrwalenia, bo bardzo dużo się dowiedziałam i boję się, że zapomnę.” Renata

„Uzależniłam się od naszych spotkań. Dla mnie to zerwanie z szarością dnia codziennego i nadzieja, że będzie lepiej.” Ewa

„Przyszłam tu, żeby nauczyć się jak wychowywać dziecko, a okazuje się, że ja się tu uczę siebie samej.” Monika

„Nie dość, że poznaję sposoby jak lepiej komunikować się z dziećmi i mężem, to jeszcze dziś, po tym, czego doznałam, mam wrażenie, że moje życie zaczyna się od dziś, jakbym na nowo się urodziła.” Monika

„Dzięki „Szkole dla Rodziców” mam nadzieję, że piekło mojego życia już minęło.” Małgorzata

„ Szkoła” to dużo więcej niż kurs i nauka. To czas, w którym można odzyskać wiarę w lepsze jutro, zaufanie do siebie i innych. Dzięki niej w moim domu jest bardziej przyjazna atmosfera, większe zrozumienie i akceptacja.” Katarzyna

„Brak mi słów, by wyrazić swój wewnętrzny ból, że to już koniec. Ten okres 10 spotkań pozwolił mi spojrzeć na moje dzieci inaczej, może nawet lepiej. Wiem, że praca, ciężka praca nad sobą pozwala na odbieranie moich dzieci ciepło. Wielkie dzięki dla prowadzących za wskazanie drogowskazu jak być lepszym dla swoich dzieci, ten cel został osiągnięty, ale bez „Szkoły” nigdy bym tego nie wykonał. Życzę dalszej owocnej pracy nad takimi jak ja.” Mariusz

„Dziękuję za świadomość, że dzieci są świętym depozytem powierzonym nam do kształtowania, a nie do władania nimi z tytułu własności, że wszyscy starsi i młodszy jesteśmy w jednej szkole życia, przechodząc z roku na rok obowiązkowo do następnej klasy bez względu na oceny bez możliwości powtarzania klasy” Anna

Rodziców, którzy chcieliby popracować nad poprawą kontaktu z dzieckiem poprzez budowanie więzi i dialogowych relacji ze swoim dzieckiem, zapraszamy do wzięcia udziału w 40-godzinnych warsztatach prowadzonych na terenie naszej poradni.

Poszczególne spotkania poruszają następującą tematykę:

- świadomość własnych celów wychowania,
- poznanie i rozumienie świata uczuć własnych oraz dziecka lub wychowanka,
- naukę umiejętności rozmawiania o uczuciach,
- umiejętność stawiania jasnych granic i wymagań,
- zachęcanie dzieci do współpracy,
- wspólne rozwiązywanie konfliktów,
- poszukiwanie lepszych niż kara sposobów uczenia dziecka samodyscypliny,
- wspieranie samodzielności dzieci,
- uwalnianie dzieci od grania ról,
- wzmacnianie poczucia własnej wartości przez pochwałę opisową.

Osoby, które chciałyby bliżej zapoznać się z ofertą „Szkoły dla Rodziców i Wychowawców” w Puławskiej Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej zapraszamy do siedziby Poradni przy Al. Królewskiej 19, lub na naszą stronę internetową. Informacje można także uzyskać telefonicznie pod numerem 81 886 47 96.

