

Maria Mostowik

Psycholog

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna nr 3
w Krakowie

Wspieranie rodziny – profilaktyką zaburzeń zachowań dzieci i młodzieży.

Rodzina stanowi podstawowe środowisko wychowawcze, wywiera największy wpływ na kształtowanie się osobowości dziecka.

Jest ważnym elementem procesu wychowania, socjalizacji oraz prawidłowego rozwoju psychofizycznego człowieka. Dzięki rodzinie dziecko nawiązuje pierwsze kontakty z ludźmi, poznaje i uczy się wzorców osobowych. Rodzina zaspokaja podstawowe potrzeby biologiczne i psychiczne dziecka, dostarcza mu wiele pozytywnych, jak również negatywnych doświadczeń, stwarzając w ten sposób warunki do prawidłowego rozwoju psychofizycznego oraz właściwego kształtowania osobowości. Pojawiające się różnego typu zaburzenia w zachowaniu dzieci i funkcjonowaniu społecznym świadczą o zaburzeniach w realizacji podstawowych funkcji przez rodzinę.

Znaczna część rodziców nie potrafi, nie może, bądź też nie chce w sposób prawidłowy wypełniać swoich obowiązków.

Czynnikami, które najbardziej dezorganizują rodzinę i przyczyniają się do zaburzeń w zachowaniu dzieci są:

- rozbicie rodziny,
- alkoholizm,
- zaburzone stosunki uczuciowe w rodzinie,
- czyny przeciwko rodzinie.

Przedstawione powyżej przejawy destrukcji rodziny mają wpływ na zaburzenia w zachowaniu dzieci i młodzieży, które w ostatecznej formie przekształcają się w wykoślenie społeczne.

Życie dziecka w rodzinie niewydolnej wychowawczo narusza jego równowagę psychiczną, której skutkami są niepowodzenia szkolne, ucieczki z domu, agresywność, kradzieże, niemoralne prowadzenie się, bunt przeciw autorytetom, rozboje.

Nieprawidłowo funkcjonująca rodzina przyczynia się do niedostosowania społecznego dzieci i młodzieży.

Współczesna rodzina podlega daleko idącym przekształceniom, komplikują się jej funkcje i struktura wewnętrzna. Pęd do kultury, wiedzy, techniki i pieniędzy powoduje, że członkowie rodziny coraz więcej czasu spędzają poza domem pozostawiając wychowanie swoich dzieci wyspecjalizowanym instytucjom, w tym także poradniom psychologiczno – pedagogicznym. Dlatego jako pracownik poradni zdecydowałam się pracować z rodziną.

Planując przyszłe działania uwzględniłam własne zainteresowania problematyką rodzinną ukształtowane na bazie wieloletnich doświadczeń zawodowych i przekonanie, że pomoc udzielana dzieciom bez równoległej pracy z rodziną jest bezskuteczna.

Swoją wiedzę na temat rodziny wykorzystałam do opracowania programów psychoedukacyjnych pt. „ Szkoła dla rodziców”. Każdy program zawierał scenariusze kolejnych spotkań, cele szczegółowe, zastosowane metody i formy pracy.

Pierwszy cykl zajęć warsztatowych pt. „ Szkoła dla rodziców ” przeprowadziłam w 2001 roku na terenie Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej nr 3 w Krakowie.

Uczestnikami byli rodzice, których dzieci uczęszczały na zajęcia terapii pedagogicznej prowadzone także przeze mnie w Poradni. Wiedząc o tym, że mają trudności w porozumiewaniu się z własnymi dziećmi zaproponowałam im udział w warsztatach.

Podczas kolejnych spotkań podkreślałam rolę rodziców w tworzeniu atmosfery miłości i zrozumienia wokół dziecka ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się. Dziecko często wkłada wiele wysiłku w szkolną pracę, a osiąga mały efekt. Rodzice powinni z całą powagą traktować przykre przeżycia dziecka. Nie mogą dokładać do nich własnych oskarżeń, by dać upust swojemu rozczarowaniu wobec niego. Potrzeba akceptacji jest szczególnie ważna dla małego dziecka z nieukształtowanym poczuciem tożsamości i odrębności. Dziecko, które doświadcza odrzucenia lub krytyki nabiera przekonania, że jest głupie, leniwe, uparte, że nie zasługuje na miłość. Żyjąc w poczuciu winy staje się w stosunku do innych nadmiernie uległe lub agresywne. Wychowując dziecko należy pamiętać o tym, aby poddawać ocenie nie dziecko, ale jego konkretne zachowania.

Scenariusze zajęć warsztatowych zostały specjalnie dostosowane do potrzeb tej grupy. Głównym celem prowadzonych przeze mnie zajęć było:

- uwrażliwienie rodziców na uczucia dziecka oraz przyswojenie słów określających te uczucia,
- zdobycie umiejętności uważnego słuchania,
- poznanie sposobów zachęcających dziecko do współpracy i samodzielności,

- poznanie metod zastępujących karanie,
- zapoznanie się z metodami uwalniającymi dzieci od grania ról,
- opanowanie umiejętności chwalenia dzieci bez ich oceniania.

Na zakończenie cyklu warsztatów przeprowadziłam wśród rodziców anonimową ankietę dzięki, której chciałam otrzymać informacje na temat efektywności prowadzonych zajęć.

Pytania dawały możliwość oceny:

- doboru tematyki zajęć,
- wpływu zajęć na kontakty z dziećmi,
- otrzymanych w czasie spotkań materiałów edukacyjnych,
- sfery organizacyjnej spotkań

Wyniki ankiety oraz widoczne zaangażowanie rodziców podczas zajęć były dla mnie dowodem o celowości podjętego zadania i zdopingowały mnie do dalszego organizowania tego typu warsztatów.

Drugi cykl zajęć pt. „Szkoła dla rodziców ” przeprowadziłam także na terenie PPP nr 3.

Tym razem grupę tworzyli rodzice dzieci nadpobudliwych, mających trudności adaptacyjne. Spotkania odbywały przez 10 kolejnych tygodni, a każde z nich trwało 2 godziny. Zawsze po zajęciach rodzice zwracali się do mnie z osobistymi pytaniami dotyczącymi spraw wychowawczych.

Przygotowując scenariusze zajęć uwzględniłam specyfikę tej grupy. Rodzice dzieci nadpobudliwych, częściej niż inni rodzice, doznają wielu negatywnych uczuć: poczucia winy, osamotnienia, zmęczenia, smutku i złości. Bycie rodzicem takiego dziecka to ciężka praca, która sprawia, że czują się oni bezradni i zmęczeni. Zdarzają się też rodzice, którzy nie potrafią zaakceptować swojego dziecka i pogodzić się z faktem, że cierpi ono z powodu ADHD. Część rodziców także wykazuje cechy zespołu nadpobudliwości psychoruchowej lub cierpi z powodu zaburzeń depresyjnych. Rodzice mają też różne oczekiwania wobec swoich dzieci, dlatego kłopoty jakie sprawia ich dziecko są różnie odbierane.

Główne cele, które chciałam zrealizować na tychże zajęciach były podobne do tych z poprzedniego cyklu i dotyczyły rozpoznawania i akceptowania uczuć dziecka, uważnego słuchania, karania. Starłam się ponadto w czasie zajęć zwrócić szczególną uwagę na:

- spokojne reagowanie rodziców na niewłaściwe zachowania dzieci,
- stwarzanie w domu serdecznej atmosfery,
- planowanie i konsekwentne przestrzeganie rozkładu dnia,
- udział rodziców w organizowaniu czasu wolnego dziecka.

Na zakończenie zajęć przeprowadziłam z rodzicami podobną do poprzedniej ankietę ewaluacyjną.

Badania ankietowe miały charakter anonimowy i zostały wypełnione przez wszystkich rodziców biorących udział w zajęciach. Dokonując analizy jakościowej ankiety dowiedziałam się że:

- Trafnie dobrałam materiał będący treścią zajęć.
- Dzięki udziałowi w zajęciach polepszył się kontakt rodziców z dziećmi. Przypuszczam, iż stało się tak dlatego, ponieważ rodzice nauczyli się spokojnie i z uwagą słuchać swoich dzieci i szanować ich uczucia.
- Ankietowani dobrze ocenili także atmosferę panującą na zajęciach i otrzymane materiały,
- Doceniono też moje starania dotyczące strony organizacyjnej takie jak: odpowiednie przygotowanie sali, przyborów do pisania, przestrzeganie planu i ram czasowych zajęć.

Uczestnikami kolejnego cyklu spotkań byli rodzice, których nastoletnie dzieci stwarzały duże problemy wychowawcze i w związku z tym otoczone były opieką psychologiczną i pedagogiczną w naszej Poradni.

Zmiany zachodzące w okresie dorastania dotyczą m. in. kontaktów społecznych. Następuje rozluźnienie więzów rodzinnych, pojawiają się trudności w uzyskaniu porozumienia z własnymi rodzicami. To skłania młodych ludzi do szukania akceptacji i zrozumienia wśród rówieśników. Odrzucane są wartości proponowane przez rodziców, wyostrza się krytycyzm i walka o własną autonomię. Młodzież walczy ze wszystkimi zakazami i ograniczeniami.

Mając na uwadze informacje wstępne na temat rodzin zgłaszających problem postanowiłam prowadzić zajęcia wg specjalnie przygotowanego scenariusza.

Tym razem starałam się:

- usprawnić komunikację między rodzicami i dziećmi,
- wyrobić umiejętność uważnego słuchania,
- ćwiczyć wypowiedzi słowne zachęcające młodzież do współpracy,

Po raz pierwszy w czasie zajęć z rodzicami starałam się uświadomić im różnicę pomiędzy konsekwencją, a stosowaniem kar wobec dzieci. Zwróciłam też uwagę na fizyczny, psychiczny i seksualny aspekt przemocy.

Spotkania z rodzicami jak zwykle kończyły się udzielaniem indywidualnych porad.

Aby dokonać ewaluacji tego cyklu zajęć zastosowałam metodę „frond end”. Badania ankietowe miały jak zwykle charakter anonimowy. Ankiety wypełniane przez rodziców na pierwszym i ostatnim spotkaniu zawierały po sześć pytań dotyczących oceny zachowań oraz umiejętności wychowawczych uczestników zajęć.

Podsumowując wyniki ankiety należy stwierdzić, że cel zajęć w zakresie podniesienia umiejętności wychowawczych rodziców został osiągnięty. W trzech kategoriach odpowiedzi na sześć możliwych 100 % rodziców deklaroowało umiejętność reagowania na swoje dziecko i jego potrzeby.

Organizując kolejne warsztaty w szkole podstawowej, nad którą sprawuję opiekę psychologiczną, a nie w Poradni, uwzględniłam potrzeby i możliwości matek samotnie wychowujących dzieci, które wzięły w nich udział (niewielka odległość miejsca zamieszkania od szkoły, konieczność zapewnienia opieki dzieciom).

Przyjście na świat dziecka w sposób radykalny zmieniło ich życie. Pojawiły się nowe zadania związane z opieką i wychowaniem dziecka. Zmianie uległy reguły dotyczące organizacji dnia, podziału obowiązków. Niektóre z matek musiały zrezygnować ze swych aspiracji zawodowych, zainteresowań i kontaktów towarzyskich. Prozaiczne problemy dnia codziennego takie jak choroby dzieci, napady złego humoru stanowiły źródło zmęczenia i irytacji. Stopniowo słabły więzi między małżonkami, a w końcu nastąpił rozpad małżeństwa. W czasie kolejnych spotkań chciałam uświadomić czytelniczkom fakt, że nie muszą być idealnymi matkami, które o każdej porze dnia i nocy zaspokajają potrzeby swoich dzieci. Nadmierna koncentracja rodzica na własnym dziecku powoduje, że zaczyna on żyć jego życiem tracąc z oczu siebie, a rodzicielstwo pełne ofiar i wyrzeczeń nie zachęca dziecka do bycia odpowiedzialnym dorosłym.

Celem zajęć było także:

- rozwijanie wyobraźni i umiejętności wychowawczych,
- poszerzanie wiadomości na temat priorytetów wychowawczych.

Prowadzenie zajęć w tej grupie było trudne, gdyż tworzyły ją osoby o niskiej samoocenie, nie radzące sobie z wychowaniem własnych dzieci, nękane problemami finansowymi i mieszkaniowymi, pozbawione wsparcia i pomocy ze strony bliskich osób. Na początku zdarzało im się prezentować zachowania agresywne, które w miarę kolejnych spotkań były coraz rzadsze.

Do oceny efektywności zajęć zastosowałam:

1. Psychozabawę „ **Jakim jestem rodzicem** ”

Odpowiadając na pytania uczestniczki próbowały ocenić swoje umiejętności rodzicielskie.

2. Ankietę ewaluacyjną.

Na podstawie ankiety dowiedziałam się, że zagadnieniami, które najbardziej interesowały uczestniczki były:

- czynniki mające wpływ na funkcjonowanie rodziny,
- sposoby konstruktywnego rozwiązywania konfliktów,
- analiza błędów wychowawczych,
- role w jakie wchodzi dzieci w rodzinie dysfunkcyjnej,
- zastosowanie kar i nagród w wychowaniu.

Najmniej interesował matki wpływ relacji małżeńskich na funkcjonowanie systemu rodzinnego.

Na udoskonalenie zajęć mogłoby wpłynąć:

- wydłużenie czasu spotkań,
- większa koncentracja na indywidualnych problemach uczestników zajęć.

W ramach współpracy naszej Poradni z Salezjańskim Ruchem Troski o Młodzież „Saltrom” przeprowadziłam warsztaty wraz z mgr Magdaleną Moskałą – specjalistą od spraw przemocy w rodzinie. Uczestnikami spotkań byli rodzice dzieci uczęszczających do „Saltromu”. W rodzinach zgłoszonych do programu występował brak więzi. Ich członkowie mieszkali w jednym domu, ale nie byli sobie bliscy. Dzieci niejednokrotnie były wykorzystywane do różnego rodzaju prac przekraczających ich możliwości. W rodzinach tych często wybuchały kłótnie.

W grupie tej były 4 samotne matki, 2 kobiety były ofiarami przemocy rodzinnej i przez pewien czas mieszkaly w Schronisku dla Ofiar Przemocy w Krakowie na osi Krakowiaków. W kilku rodzinach występował alkoholizm jednego lub obojga rodziców. We wszystkich rodzinach była trudna, albo bardzo trudna sytuacja materialna spowodowana brakiem pracy i nadużywaniem alkoholu. Dzieci z tych rodzin stwarzały mnóstwo problemów. Miały kłopoty w szkole, wchodziły w konflikty z prawem, piły alkohol, a nawet sięgały po narkotyki. Były one agresywne, nieufne i nadmiernie zależne od złych wpływów środowiska. Wszystkie korzystały z pomocy na terenie ośrodka „Saltromu” przy ul. Różanej.

Celem zajęć, które prowadziłyśmy z rodzicami w tymże Ośrodku było zapobieganie patologii społecznej poprzez podniesienie umiejętności wychowawczych.

Zajęcia te zostały zrealizowane w dużej mierze w oparciu o metodę A. Faber i E. Mazlish.

Podsumowując wyniki ankiety, którą przeprowadziłyśmy po zajęciach można stwierdzić, że cel zajęć w zakresie podniesienia umiejętności wychowawczych rodziców został osiągnięty.

Wszyscy rodzice deklarowali też dobrą umiejętność reagowania na swoje dziecko i jego potrzeby. Rodzice wystawili też wysoką ocenę praktycznego aspektu przekazanych informacji.

Pozytywny odbiór zajęć psychoedukacyjnych prowadzonych w trudnym środowisku saltromowych rodziców skłonił mnie do nawiązania współpracy z innymi instytucjami niosącymi pomoc rodzinom zagrożonym zjawiskami patologii społecznej.

W tym celu przeprowadziłam rozmowę z pracownikami Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Krakowie na temat charakterystyki rodzin, korzystających z pomocy MOPS-u, ze szczególnym uwzględnieniem rodzin niewydolnych wychowawczo, posiadających dzieci zagrożone niedostosowaniem społecznym, prezentujące zachowania opozycyjno – buntownicze lub zagrożone kryzysami psychicznymi. Następnie wystosowałam do MOPS-u pismo z prośbą o określenie stopnia zainteresowania programem „ Szkoła dla rodziców ” w którym uczestniczyłyby rodziny kierowane przez Ośrodek. W odpowiedzi uzyskałam informację o zasadności wdrożenia programu. Uwzględniając potrzeby opracowałam wraz z mgr Aldoną Gwoździewicz – psychologiem naszej Poradni, program pomocy rodzinie, który składał z III części. Do części I i II zakwalifikowano ostatecznie 11 rodzin wraz z dziećmi. Zajęcia odbywały się w PPP 3. W części III uczestniczyło 8 samotnych matek mieszkających czasowo w Domu Matki i Dziecka Archidiecezji Krakowskiej. Udział wszystkich osób wytypowanych przez MOPS był dobrowolny.

I część programu obejmowała 10 trzygodzinnych spotkań z rodzicami, których celem było uświadomienie podstawowych funkcji i zadań rodziny oraz rozwijanie wyobraźni i umiejętności wychowawczych.

Na kolejnych spotkaniach zapoznano uczestników z podstawowymi zadaniami rodziny, ustalono czynniki mające wpływ na jej funkcjonowanie.

- Omówiono sposoby i zasady rozwiązywania konfliktów.
- Przedstawiono sposoby zaspokajania potrzeb psychicznych dziecka
- Uświadomiono znaczenie prawidłowych relacji małżeńskich dla funkcjonowania całego systemu rodzinnego.
- Dokonano bilansu zysków i strat związanych ze stosowaniem kar i nagród.
- Dokonano analizy zachowań utrudniających porozumienie w rodzinie.

- Omówiono cechy uważnego słuchacza oraz ćwiczącej umiejętność okazywania dziecku zrozumienia i akceptacji.
- Doskonalono umiejętność bezpośredniego i otwartego wyrażania uczuć.
- Dokonano analizy własnych umiejętności rodzicielskich oraz przeprowadzono samoocenę.

W I części programu wzięły udział rodziny niewydolne wychowawczo, w których zaobserwowano występowanie zjawisk o charakterze patologii społecznej. Zajęcia rozpoczęło 11 rodzin, a ukończyło 9. Dwie rodziny wycofały się z Programu ze względów zdrowotnych (rodzice i dzieci zachorowali na świnkę).

W spotkaniach uczestniczyły głównie matki i dzieci. Nieobecność ojców tłumaczono:

- wykonywaniem obowiązków zawodowych,
- opieką nad innymi członkami rodziny,
- brakiem zainteresowania sprawami rodziny,
- uzależnieniem od alkoholu,
- brakiem ojca w rodzinie.

Ze względu na specyfikę spotkań i poruszaną, często drastyczną tematykę, wyłączono z nich dzieci. Dla dzieci zorganizowano specjalne zajęcia, które prowadzone były przez psychologa mgr Aldonę Gwoździwicz, w innej sali, równoległe z zajęciami dla rodziców. Zajęcia te stanowiące II część programu zostały szczegółowo opisane w biuletynie konferencyjnym.

W III części programu uczestniczyło 8 samotnych matek, które czasowo przebywały w Domu Matki i Dziecka Archidiecezji Krakowskiej (miejsce to zostało wytypowane przez MOPS). Przejawiały one brak podstawowej wiedzy na temat rozwoju i wychowania dzieci, nie akceptowały ich uczuć, stosowały wobec nich zachowania agresywne, miały problemy osobiste wpływające na rozwój i wychowanie dzieci,

W trakcie indywidualnych spotkań usprawniono komunikację między matkami, a dziećmi, podkreślając znaczenie uważnego słuchania dzieci.

- Omówiono różnicę między karaniem, a stosowaniem przemocy.
- Podkreślano znaczenie pochwały w budowaniu prawidłowej samooceny dzieci.
- Uświadomiono negatywne skutki „etykietowania” dzieci.

Podsumowaniem w/w programu była rozmowa przeprowadzona z psychologiem zatrudnionym w placówce, który zauważył:

- polepszenie kontaktu matek z dziećmi,

- zainteresowanie matek problematyką związaną z opieką i wychowaniem dzieci,
- większą otwartość oraz gotowość na porządkowanie problemów osobistych.

Po zakończeniu programu matki miały też możliwość kontaktu telefonicznego z psychologami realizującymi program.

Spotkania psychoedukacyjne stają się coraz bardziej popularne. Pozwalają one przedstawić rodzicom określony model postępowania z dzieckiem. W trakcie zajęć odbywających się w kilkusobowych grupach można przeciwiczyć między sobą różne formy i metody postępowania, a następnie próbować wprowadzić je w życie np. w domu. Dużą korzyścią z udziału w tego typu zajęciach jest możliwość konfrontacji z innymi rodzinami swoich problemów i kłopotów, jak również sposobów radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.

Doświadczenia zdobyte przeze mnie w czasie prowadzenia zajęć warsztatowych z rodzicami są bardzo cenne i zamierzam je wykorzystać przy organizacji kolejnych spotkań pt. „Szkoła dla rodziców”.