

Szkoła dla rodziców – dobra praktyka w PPP-3

Współcześni rodzice są zagubieni, zestresowani, z wiecznym poczuciem winy, gdyż są świadomi, że nie do końca wywiązują się z obowiązków rodzicielskich. Na różne sposoby starają się rekompensować swoją nieobecność w domu: dają kosztowne prezenty, pozwalają na więcej niż powinni. A gdy pojawiają się problemy wychowawcze – są kompletnie bezradni. Konsekwencją tego są narastające problemy w szkole, a czasem już w przedszkolu.

Nauczyciele narzekają, że nie mogą utrzymać dyscypliny w klasie, że dzieci nie słuchają, są aroganckie i wulgarne. Pedagodzy zrzucają winę na rodziców, rodzice na szkołę i tak tworzy się błędne koło. Nikt nie przyznaje się do winy, a jednocześnie wszyscy czują się odpowiedzialni, że doprowadzili do takiej sytuacji.

Najczęściej tacy właśnie rodzice i nauczyciele stają się uczestnikami naszych zajęć.

W roku 1999 ukazała się publikacja pt.: *Szkoła dla rodziców i wychowawców*. J. Sakowskiej. W tym też czasie odbyłyśmy z koleżanką Ewą Soczek, z którą aktualnie prowadzę zajęcia, szkolenie dające nam uprawnienia do prowadzenia zajęć z rodzicami i nauczycielami.

Od tej pory prowadziłyśmy zajęcia w różnych placówkach. Od kilku lat pracujemy razem głównie na terenie naszej Poradni, gdyż uważamy, że jest to miejsce neutralne, w którym uczestnicy mogą poczuć się bezpiecznie i gdzie mają zapewnioną anonimowość i dyskrecję.

„Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” przewiduje 10 cyklicznych spotkań, w małych 10-12 osobowych grupach. Każde spotkanie to realizacja konkretnego tematu.

Na pierwszych zajęciach dokonuje się integracja grupy. Wspólnie wypracowujemy normy i zasady, które zapisujemy w widocznym miejscu. Są one potrzebne do stworzenia klimatu bezpieczeństwa i zaufania wśród uczestników. Po sformułowaniu i dokładnym omówieniu norm i zasad każdy uczestnik odpowiada na pytanie „czy decyduje się na ich przestrzeganie?” Tylko te osoby, które to zadeklarują mogą pozostać w grupie.

Mówiąc o rzeczach ważnych wprowadzamy jednak do naszych zajęć dużo humoru i dowcipu. Chcemy, aby rodzice nie tylko się uczyli, ale też miło spędzili czas. Daje to dobre efekty wpływając pozytywnie na frekwencję, zaangażowanie, aktywność, wzajemne zaufanie, odwagę w wypowiedaniu się.

Dobry klimat w czasie zajęć ułatwia omawianie nawet najbardziej osobistych spraw dotyczących np. problemu stawiania granic w kontakcie z drugim człowiekiem.

Zastanawiamy się wspólnie jakie są granice naszej tolerancji, dlaczego trudno w kontaktach z innymi ludźmi wyznaczać granice, a także co powoduje brak granic?

Kolejnym ciekawym doświadczeniem są ćwiczenia, które budzą w uczestnikach zajęć refleksję:

- Na czym właściwie mi zależy?
- Jakich zmian oczekuję?
- Czy wiem z jakim problemem przychodzę na zajęcia?

Na liście oczekiwań pojawiają się prawie zawsze te same tematy, ale w każdej grupie nacisk położony jest na inne kwestie – czasem na agresję, posłuszeństwo, innym razem chęć poprawienia komunikacji.

Zawsze jednak uczestnicy zajęć (rodzice bądź nauczyciele) sygnalizują swoje zmęczenie i brak pomysłu na ułożenie dobrych relacji z drugą stroną oraz zmotywowanie jej do działania.

Rodzice są zmęczeni niesprawiedliwymi uwagami na temat swój i swoich dzieci. Słyszą, że dzieci nie chcą się uczyć, są niegrzeczne, wulgarne i agresywne, obrażają nauczycieli i stwarzają w szkole zagrożenie. Nauczyciele piszą uwagi w dzienniczkach, a gdy te nie pomagają zaczynają mailować i telefonować, często w niewygodnych dla rodziców porach. Rodzice broniąc się mówią, że muszą pracować i nie mogą pilnować swojego dziecka w szkole, bo ich po prostu tam nie ma. Wytwarza się typowa sytuacja konfliktowa. Podstawową przyczyną tworzącego się konfliktu są niezaspokojone potrzeby obu stron. Doceniając wagę problemu wiele czasu przeznaczamy na naukę konstruktywnego rozwiązywania problemów i konfliktów, tzn. w taki sposób, gdy nie ma zwycięzców i pokonanych.

Zauważamy, że osoby biorące udział w tym ćwiczeniu mają ogromne kłopoty z relacjonowaniem przeżywanych przez siebie uczuć oraz z rozpoznawaniem i nazywaniem uczuć drugiej strony konfliktu. Biorąc pod uwagę nasze wieloletnie doświadczenia w pracy z rodzicami i wychowawcami, w czasie każdego spotkania, bez względu na jego temat wiele czasu poświęcamy właśnie uczuciom, które przez

całe stulecie były zaniedbywane i niedoceniane. Dzisiaj już wiemy, że zrozumienie drugiego człowieka jest niemożliwe bez zapoznania się z jego życiem emocjonalnym.

Innym ważnym elementem, który może budować lub niszczyć relacje między rodzicami i nauczycielami jest umiejętność dobrego słuchania. Większość z nas zajęta jest swoimi sprawami nie potrafi z uwagą słuchać drugiego człowieka. Mamy raczej skłonność do nieuważnego słuchania innych osób i tym samym komunikujemy im, że się nimi nie interesujemy.

Cierpliwość i akceptacja jest kluczową sprawą w budowaniu zaufania i otwartości między ludźmi, w tym także między rodzicami i nauczycielami. Może się z naszym rozmówcą nie zgadzać, możemy naszego rozmówcy nie rozumieć, ale nie możemy naszego rozmówcy wyśmiewać i krytykować, bo to obniża poczucie jego wartości i skutecznie może przerwać linię porozumienia.

Trudne relacje między nauczycielami i rodzicami mogłyby ulec zdecydowanej poprawie gdyby obie strony zmieniły wzajemne nastawienie i chciały ze sobą współpracować zamiast się pouczać, oskarżać lub grozić.

Wszystkie osoby angażujące się w wychowanie potrzebują tego aby inni :

- słuchali tego, co mają do powiedzenia,
- dostrzegali i uznawali ich osiągnięcia i mocne strony,
- szanowali ich odczucia i potrzeby,
- pomagali im przeżyć trudne sytuacje,
- mieli dla nich czas i skupiali na nich uwagę,
- mieli szacunek dla ich ograniczeń i trudności,
- nie mówili im stale, co robią źle,
- nie mówili im stale, co mają robić,
- jasno określali oczekiwania ,

Przeprowadzona po każdych zajęciach ewaluacja pozwala nam ocenić i podsumować prowadzone przez nas zajęcia. Dowiadujemy się , że „ Szkoła dla rodziców „

- Uświadamia rodzicom i wychowawcom, że aby zmienić dziecko, często należy zacząć od zmiany siebie.
- Informuje, że skuteczne wychowanie może mieć miejsce wtedy, jeśli rodzic i wychowawca opiera go na jasnym, czytelnym systemie wartości (który sam posiada i realizuje).
- Pogłębia samoświadomość i refleksję na temat skuteczności określonych metod wychowawczych .

Opracowała: Maria Mostowik – psycholog w PPP-3