



UWAŻAJ!



Każdy może być Dobrym Rodzicem!

scenariusz warsztatów dla rodziców

Aneta Kwaśny
Marlena Trąbińska-Haduch

SPOTKANIE DLA RODZICÓW
w ramach kampanii
„Dobry Rodzic-Dobry Start”

Ogarnizatorzy:

Partner:



MINISTERSTWO PRACY
I POLITYKI SPOŁECZNEJ



Miasto Stołeczne
Warszawa



SPOTKANIE DLA RODZICÓW w ramach kampanii „Dobry Rodzic-Dobry Start”

Każdy może być Dobrym Rodzicem!

Dla małych dzieci rodzice są najważniejszymi autorytetami na świecie. Bycie rodzicem jest dla wielu osób doświadczeniem, które zmienia sposób patrzenia na świat, dotychczasowe życie. Często rodzice zadają sobie pytanie: czy dobrze opiekujemy się, naszym dzieckiem? Czy dobrze je wychowujemy? Czy mógłbym/mogłabym robić coś lepiej?

Niemowlęta i maluchy mogą być bardzo wymagające. Większość z rodziców doświadcza poczucia niezrozumienia zachowań dziecka, czasem poczucia niepowodzenia, zmęczenia, rozdrażnienia, co może prowadzić do zachowań krzywdzących dziecko. Wiemy, że większości takich sytuacji można uniknąć!

Oddajemy w Państwa ręce scenariusz, który umożliwi przygotowanie i przeprowadzenie spotkania dla rodziców małych dzieci na temat dobrego rodzicielstwa, czyli kim dla dziecka powinien być rodzic, czego potrzebuje dziecko i jak rodzice mają sprostać jego oczekiwaniom.

Na stronie internetowej projektu możecie Państwo znaleźć wzór zaproszenia na spotkanie, który może być pomocny przy zapraszaniu rodziców na spotkanie.

Kampania „Dobry Rodzic – Dobry Start” adresowana jest do rodziców dzieci w wieku od 0 do 3 lat oraz rodziców oczekujących na dziecko.

Kampania ma na celu zwrócenie uwagi na fakt, że rodzicielstwo jest zadaniem, z którym czasami trudno sobie poradzić. Więcej o kampanii na stronie: www.fdds.pl.

Organizatorami kampanii są:
Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
(dawniej Fundacja Dzieci Niczyje),
Urząd m.st. Warszawy
oraz Ministerstwo Pracy
i Polityki Społecznej.

Czas trwania:

Spotkanie trwa 2 godziny, włączając w to 10 min. przerwy.

Liczebność grupy:

Liczebność grupy zależy od możliwości lokalowych, zaleca się jednak, aby grupa nie liczyła mniej niż 8 osób i nie więcej niż 14. Umożliwi to każdemu uczestnikowi efektywną pracę.

Materiały potrzebne do poprowadzenia zajęć:

Do prowadzenia zajęć potrzebne będą następujące materiały:

- Flipchart,
- Kolorowe mazaki do pisania na flipcharcie,
- Kartki A4 (np. ryza białego papieru),
- Długopisy dla uczestników,
- Identyfikatory, aby każdy z uczestników mógł wpisać na nich swoje imię,
- Broszury dla rodziców małych dzieci: *Proszę uważaj, na mnie...*, *Dobry Rodzic – Dobry Start*, *Stres - poradnik dla rodziców małych dzieci*, *Zamiast klapsa –jak z szacunkiem i miłością wyznaczać dziecku granicę* (materiały dostępne na platformie edukacyjnej Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę: edukacja.fdds.pl).

Metody pracy:

- aktywne formy prowadzenia zajęć – ćwiczenia w podgrupach, wypowiedzi na forum grupy, burze mózgów (doświadczenie przez uczestnictwo);
- wykorzystywanie osobistych doświadczeń podczas ćwiczeń.

Scenariusz:

Przebieg spotkania:

1. Omówienie celu spotkań:



Dzisiejsze spotkanie poświęcone jest dobremu rodzicielstwu, będziemy wspólnie szukali odpowiedzi na pytanie co to znaczy być dobrym rodzicem: kim dla dziecka powinien być rodzic, czego potrzebuje dziecko i jak rodzice mają sprostać jego oczekiwaniom.

2. Przedstawienie się prowadzącego/prowadzących:

- imię i nazwisko;
- informacje o życiu zawodowym – zawód, wykonywane zadania;
- informacje o sobie – co lubię, czy mam dzieci (Z naszego doświadczenia wynika, że rodzice zawsze poszukują tej informacji. Dla rodziców dodatkową zaletą jest, że przynajmniej jeden z prowadzących jest rodzicem i przedstawiane zagadnienia zna także z własnego, prywatnego życia).

3. Przedstawienie się uczestników

- każdy uczestnik opowiada o sobie, uwzględniając takie informacje jak imię, liczba dzieci, imiona dzieci, wiek dzieci, a także czym się zajmuje w życiu, co lubi (czas ok. 2-3 min dla każdej z osób)

4. Oczekiwania uczestników



„Dlaczego przyszedłeś na to spotkanie?/ Jakie masz oczekiwania wobec tego spotkania?”
– każdy uczestnik proszony jest o powiedzenie, dlaczego zdecydował się na udział w tych zajęciach, jakie są jego oczekiwania, czego się tutaj chce dowiedzieć, nauczyć.

Wskazówki dla prowadzącego:

Po wypowiedzi każdego uczestnika wskazane byłoby sparafrazowanie (powtórzenie własnymi słowami) usłyszanych treści dla upewnienia się, czy dobrze rozumie się motywację uczestników do udziału w spotkaniach.

Prowadzący może spisywać sobie główne wątki wypowiedzi uczestników na kartce – pomaga to w późniejszym podsumowaniu i odniesieniu się do tego, co ma zaplanowane prowadzący.

5. Ćwiczenie:



Instrukcja dla rodziców - *Pomyśl o swojej roli rodzica i dokończ takie dwa zdania (zapisz je na kartce):*

- A. Rodzic powinien...
- B. Jako rodzic chcę...

Przy uzupełnianiu zdań pomyśl o wszystkich myślach, jakie masz na ten temat, postaraj się pisać szczerze, nie cenzurując swoich wypowiedzi.

Następnie uczestnicy na forum grupy dzielą się zapisanymi treściami. Prowadzący zapisuje je na dużym arkuszu papieru.

Wskazówki dla prowadzącego:

Ważne, aby żadna z treści podawanych przez uczestników nie została poddana ocenie, ani ze strony prowadzącego, ani innych osób. Nie ma tutaj dobrych i złych odpowiedzi. Celem tego ćwiczenia jest pokazanie jakie są przekonania na temat rodzicielstwa i w jakiej mierze rodzice próbują je realizować. Pytanie – czy tego potrzebują dzieci?

6. Ćwiczenie:



Wspomnienie (uczestnicy dobierają się w pary)

Instrukcja dla rodziców - *Przypomnijcie sobie czas, gdy byliście dziećmi – bardzo małymi, w wieku szkolnym, nastolatkami, jakimi chcecie. Pomyślcie teraz o takim dorosłym (to nie musi być mama, tata), z którym w kontakcie było Wam szczególnie dobrze – czuliście, że jesteście bezpieczni, ważni, kochani. Z którym lubiliście spędzać czas, bawić się, rozmawiać itd. Może macie jakieś wspomnienie szczególnie dla Was miłe? Przypomnijcie sobie, co ten dorosły robił, jak się zachowywał, co sprawiało, że ta relacja była dla Was szczególnie ważna.*

Jak już będziecie gotowi powiedzcie o tym osobie w parze (nie musicie opowiadać całej historii o której sobie pomyśleliście, mówcie przede wszystkim o tym co sprawiło, że to zachowanie, ta osoba była dla Was ważna).

Następnie uczestnicy na forum grupy dzielą się informacjami o których przed chwilą rozmawiali a prowadzący zapisuje je na dużym arkuszu papieru.

W ten sposób powstaje lista potrzeb dziecka, jakie ma w stosunku do dorosłego, budujących z nim dobre, pozostawiające miłe wspomnienia, relacje.

Gdy porównamy wyniki pracy z ćw. 4. i 5., okazuje się zazwyczaj, że to co mamy w głowie „że rodzic powinien” oraz „jakim chce być rodzicem” jest mało adekwatne do tego co w naszych wspomnieniach kojarzy się nam „z dobrym rodzicem”.

Rodzice i dzieci mają zupełnie inną definicję DOBREGO RODZICA.



7. Ćwiczenie:



Burza mózgów – Co robią dzieci, aby ich rodzice byli lepszymi rodzicami?

Instrukcja dla rodziców - *Pomyśl o swoim dziecku i przypomnij sobie co robi, jak się zachowuje Twoje dziecko, kiedy chce zasygnalizować Ci jakąś swoją potrzebę.*

Zbieramy wszystkie wypowiedzi rodziców. Powstaje lista sposobów w jaki dzieci przekazują rodzicom informacje o swoich potrzebach.

Wskazówki dla prowadzącego:

Ważne aby rodzicom pokazać, że to od nich zależy, czy są gotowi dostrzec sygnały, które wysyła dziecko i adekwatnie na nie odpowiedzieć. Czy zaspokoją potrzeby dziecka, czy potrafią postawić granicę, czy pozwolą mu na samodzielność, pochwalą, czy pokażą konsekwencję jego zachowania. Na tej bazie buduje się ich przekonanie jakimi są rodzicami.

Wniosek z ćwiczenia – zachowania (nawet mało przyjemne dla rodziców – płacz, krzyk itd.), które podejmuje dziecko nie są wymierzone przeciwko rodzicowi. Są jedną z form komunikacji jakie dziecko zna. Można wyciągnąć więc wniosek, że zachowania te mają pomóc rodzicowi w tym, żeby być DOBRYM RODZICEM, czyli wrażliwym na potrzeby dziecka.

Po przeprowadzeniu powyższych ćwiczeń, można rodziców zachęcić do stworzenia własnej definicji Dobrego Rodzica, adekwatnej dla ich dziecka. Ponieważ każdy z nas jest indywidualnością, dzieci też, ta definicja będzie inna dla każdego rodzica – bardzo indywidualna.

DOBRY RODZIC dla mojego dziecka to rodzic, który...

Prowadzący zaprasza ich do podzielenia się tym, co napisali – chętne osoby odczytują efekty swojej pracy na forum grupy.

8. Zakończenie.

Podziękowanie uczestnikom za udział w zajęciach.

Każdy uczestnik proszony jest o powiedzenie, co było dla niego ważne podczas spotkania.

9. Pożegnanie

Na zakończenie spotkania warto powiedzieć rodzicom, gdzie mogą szukać pomocy i dalszego wsparcia, np. przekazać im spis placówek z bezpłatną ofertą.

Zachęcamy też do udzielenia informacji o programie Dobry Rodzic – Dobry Start, stronie internetowej www.dobryrodzic.pl, z której można pobrać m.in. „Apel twojego dziecka”, a także, do rozdawania rodzicom ulotek przygotowanych dla rodziców małych dzieci: „Zamiast klapsa”, „Stres, poradnik dla rodziców małych dzieci”, „10 kroków by stać się lepszym rodzicem”.



UWAŻAJ!



Każdy może być Dobrym Rodzicem!

scenariusz warsztatów dla rodziców

Aneta Kwaśny
Marlena Trąbińska-Haduch

SPOTKANIE DLA RODZICÓW
w ramach kampanii
„Dobry Rodzic-Dobry Start”

Ogarnizatorzy:

Partner:



MINISTERSTWO PRACY
I POLITYKI SPOŁECZNEJ



Miasto
Stołeczne
Warszawa

