



## Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

# „Sytuacje kryzysowe w wychowaniu - jak sobie z nimi radzić”

29 listopada 2018 r., o godzinie 16:30 w Sali Konferencyjnej Starostwa Powiatowego w Limanowej odbyło się szkolenie dla rodziców zastępczych, które zorganizowało Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej. Temat spotkania brzmiał: „Sytuacje kryzysowe w wychowaniu - jak sobie z nimi radzić”. Prowadzącym szkolenie był Pan **Artur Urbaniak**, psycholog Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej w Limanowej oraz biegły sądowy. Pan Artur Urbaniak na początku spotkania przywitał wszystkich zebranych gości, a następnie rozpoczął wykład od przedstawienia trzech różnych stylów wychowania:

**Styl autorytarny** - ma charakter konserwatywny i jest oparty na tym rodzaju autorytetu, który został nazwany autorytetem przemocy lub pedantyzmu. Rodzice starają się kierować odgórnie, wydając polecenia i zakazy. Uznają tylko racje własne, nie tolerują sprzeciwu. Manipulują dzieckiem, nie dopuszczając go do współdecydowania w sprawach rodzinnych. W razie nieposłuszeństwa stosują surowe kary.

**Styl liberalny** - przypomina pod pewnymi względami wychowanie niekonsekwentne czy też ingerowanie w sprawy dziecka i w jego zachowanie wyłącznie od przypadku do przypadku. W rodzinie polega na pozostawieniu dziecka samemu sobie, a więc nie wtrącaniu się w jego sprawy, tolerowanie aspołecznych zachowań, brak kontroli i opieki ze strony rodziców. Główną cechą tego stylu jest zarówno pobłażliwy stosunek do dziecka, jak i przesadna uległość, spełnianie wszelkich jego zachcianek i życzeń.

**Styl demokratyczny** - dziecko bierze udział w życiu rodziny, omawia, dyskutuje i planuje sprawy codziennego współżycia rodzinnego. Zna zakres swoich obowiązków, na które samo się godzi. Rodzice preferujący ten styl wychowania nie stosują na ogół kar, a raczej wyjaśniają dziecku jak i dlaczego powinno postąpić inaczej, posługując się metodami perswazji i argumentacji. Na pierwszym miejscu stawiane są ambicje i uczucia dziecka.

Psycholog kolejno omawiał powyższe style wychowania odnosząc się do konkretnych zachowań rodziców i dzieci. Pytał rodziców zastępczych o ich własne doświadczenia, z kolei oni chętnie podawali przykłady dotyczące konkretnych stylów wychowania.

Kolejnym punktem spotkania było przedstawienie opiekunom zastępczym zasady dotyczącej komunikacji z dzieckiem oraz jak należy wyrażać swoje negatywne emocje, gdy wychowanek zachowuje się w sposób nie do zaakceptowania. Komunikat „Ja” stanowi propozycję poradzenia sobie w tej sytuacji. Jego główna idea polega na: poinformowaniu dziecka, jakie uczucia wywołuje w nas jego zachowanie, jak je odbieramy i w jaki sposób stanowi ono dla nas problem. Wysyłając komunikat „Ja” bierzemy na siebie odpowiedzialność za swój wewnętrzny stan, otwarcie informujemy o nim dziecko i pozostawiamy mu decyzję odnośnie zmiany zachowania.

Komunikat „JA” formułujemy według następującego schematu:

1. Ja (czuję) / określ emocje, uczucia/
2. Kiedy Ty / przedstawie konkretne zachowanie/
3. Ponieważ/powiedzieć jaki wpływ ma na Ciebie to zachowanie/

W wykład włączane były elementy dyskusji. Pan Artur pytał: jak na ogół rodzice zachowują się w danej sytuacji? Czy jest to poprawne zachowanie? Wspólnie zostały wypracowane dane wydarzenia, tak by reakcje rodzica zawierały „Komunikat Ja”. Tym samym można było dostrzec różnice między komunikatem „Ja” a komunikatem „Ty”.

## KOMUNIKAT „JA”

Za pomocą informacji „od siebie” mówiący przekazuje ważne dla siebie uczucia, myśli postawy. Słuchający dowiaduje się, że zrobił coś co nie było zgodne z oczekiwaniami mówiącego, że sprawił mu przykrość lub go rozzłościł. Jest to zupełnie co innego niż informacja, że jest on złym lub głupim człowiekiem.

## KOMUNIKAT „TY”

Osoba, która Ciebie słucha ma wrażenie, że ją oskarżasz lub obwiniasz. Myśli, że uważasz ją za kogoś złego. Osoba do której dociera informacja „do ciebie” nie myśli o tym: „Jak się zmienić?” lecz o tym „Jak się bronić?” Informacje „do ciebie” nie mają żadnego pozytywnego efektu ani dla mówiącego, ani dla słuchającego. Napięcie i złość wzrasta i rozwiązanie konfliktu staje się coraz trudniejsze.

Podczas spotkania Pan Artur Urbaniak przedstawił w czterech krokach metodę wprowadzania zasad w domu oraz wyrażania zakazów:

1. Wychowawca rozpoznaje pragnienie podopiecznego i wyraża je prostymi słowami: „*Chciałbyś żuć gumę podczas naszej rozmowy*”.
2. Wychowawca jasno określa zakaz dotyczący konkretnej sprawy:

„*U nas panuje zasada: nie ma żucia gumy podczas rozmowy z dorosłymi*”.

3. Wychowawca wskazuje sposoby, które pozwalają częściowo spełnić to życzenie:  
„*Możesz żuć gumę gdy skończymy rozmawiać*”.
4. Wychowawca pomaga podopiecznemu wyrazić żal, który prawdopodobnie odczuwa, gdy narzuca się zakaz:

„*To oczywiste, że chciałbyś aby ta zasada nie obowiązywała*”

Wykładowca pytał o zasady i zakazy jakie najczęściej pojawiają się w rodzinach (nie bałaganimy, szanujemy się nawzajem, nie bijemy i nie wyzywamy się). Rodzice zastępczy wyrazili swoją obawę co do wprowadzania zasad nastolatkom, zwłaszcza jeśli sami jako młodzi ludzie nie mieli takich zasad bądź ich nie przestrzegali, np. Nie wolno pić alkoholu do 18 r. ż. Psycholog zapewnił, że pewne zasady dorośli muszą wprowadzać bez zagłębiania się w jakiegokolwiek dyskusje, stanowczo stwierdzić że: „U nas w domu nie będzie picia alkoholu do 18 r. ż.” Należy pamiętać, aby złamanie zasady miało swoje konsekwencje. Jeśli dziecko nie chce się uczyć, nie przygotowuje się do lekcji, a dużo czasu spędza przy telefonie to należy na czas nauki zabrać go dziecku, aby mogło spokojnie wywiązać się ze swoich obowiązków szkolnych. Ważne przy wprowadzaniu zasad są również pochwały

(wzmocnienie pozytywne). Nie każdy rodzic potrafi umiejętnie chwalić dziecko. Należy pamiętać, by przy chwale nie wytykać wszelkich niedociągnięć, czyli nie używać słowa „ale”. Dziecku zapadnie w pamięć przede wszystkim to co zostało powiedziane po tym słowie. Pan Artur zachęcał opiekunów do wyrażania jak najczęściej pozytywnych emocji, tym samym wzmacniając pozytywne zachowania dzieci, motywując je do wysiłku i pracy nad sobą.

Podsumowując Pan Artur Urbaniak stwierdził, iż dzieci są takimi naszymi zwierciadłami. Rozwijając swoje umiejętności komunikowania się z dzieckiem budujemy silniejszą z nim więź, zaufanie do siebie. Jeśli będzie się działo coś złego w jego życiu to na pewno zwrócić się do nas z tym problemem. Prowadzący kończąc szkolenie podziękował wszystkim zebranym za przybycie i zachęcił do uczestnictwa w szkole dla rodziców i wychowawców, która niebawem ruszy. Część rodziców zastępczych po oficjalnym zakończeniu spotkania podchodziła do prowadzącego w celu zadania indywidualnych pytań. Spotkanie było dobrą okazją do wymiany wspólnych doświadczeń oraz do omówienia tematów, które nurtowały rodziny zastępcze.