



## Do roli rodzica nie trzeba się przygotowywać - prawda czy fałsz?

Rodzice mający trudności wychowawcze ze swoimi dziećmi upatrują zwykle ich przyczyn w dzieciach np. *Jasiek jest nadpobudliwy, Kasia jest trudnym dzieckiem, Ania sprawia trudności wychowawcze, Krzysztof jest uparty, Basia niegrzeczna, Hania niezrównoważona emocjonalnie*, itd. Rzadko kiedy zadają sobie pytanie czy ich problemy z dziećmi przypadkiem nie wynikają z nieskuteczności metod wychowawczych jakie stosują.

Większość rodziców jest przekonana, że do wychowywania dzieci nie potrzeba żadnego specjalnego wykształcenia. Ci sami rodzice chcąc przyswoić sobie jakąś nową umiejętność uczęszczają na kursy, treningi. Mało kto odważyłby się prowadzić samochód bez kursu na prawo jazdy.

Pogląd, że do bycia rodzicem trzeba się specjalnie przygotowywać nie pokrywa się z rozpowszechnionym tradycyjnym wyobrażeniem społecznym o tej roli. I dlatego gdy dochodzi do poważnych i trudnych sytuacji w relacjach pomiędzy rodzicami a dziećmi, rodzice prowadzą dziecko np. do psychologa czy pedagoga, który je „naprawi” czyli udzieli porady, dzięki której automatycznie stanie się zdyscyplinowane albo się poprawi.

Podobnie większość rodziców sądzi, że ich problemy z dziećmi wynikają z powodu np. łatwego w dzisiejszym świecie dostępu do narkotyków, gier komputerowych, telewizji, upadku autorytetu, wzrostu liczby rozwodów, narastającego dobrobytu. Nie można zaprzeczyć, że te czynniki mają określony wpływ na życie rodzinne jednak przypisywanie przyczyny tylko im ogromnie zawęża myślenie i jest nazbyt tendencyjne. Taki zakorzeniony sposób myślenia powstrzymuje rodziców od zwrócenia uwagi na to, że istotnym czynnikiem zakłócającym więzi rodzinne może być sposób i styl realizacji ich własnej postawy rodzicielskiej.

Badania nad relacjami międzyludzkimi pokazały w jakim stopniu np. stosowanie siły i władzy w stosunkach międzyludzkich niszczy łączące ludzi więzi. Relacja między rodzicami i dziećmi jest wyjątkowa, ale należy do relacji... międzyludzkich. Rodzice mają ogromny potencjał i wpływ na budowanie więzi w rodzinie. Ten wpływ może wzmacniać lub osłabiać, a czasami nawet niszczyć relacje, a zatem i łączące rodzinę więzi. Wynika z tego, że jest bardziej niż pewne, iż przygotowanie się do roli rodziców jest bardzo ważne, bowiem najcenniejsza i najpiękniejsza choć również najtrudniejsza jest właśnie relacja rodzic – dziecko, bo rodzice nie mogą zapominać o tym, że wychowują dziecko od całkowitej zależności do całkowitej niezależności.



Istnieją takie grupy rodziców, którzy zdają sobie z tego sprawę i doceniają wagę przygotowania się do roli rodzica lub dokonania pewnych zmian w swoim postępowaniu w relacji z dzieckiem. Nadal jednak większość rodziców jest przekonana, że do roli rodzica nie trzeba się specjalnie przygotowywać. Poniżej niektóre z tych przekonań...

**Wystarczy kochać własne dzieci** To prawda miłość jest najważniejsza, ale z pewnością każdy rodzic doświadczył sytuacji, w której jeśli nie potrafił zmienić zachowania dziecka był zły i niezadowolony. Wówczas patrzył na dziecko przez pryzmat własnych zablokowanych potrzeb. Gdzie jest miłość, kiedy rodzic daje klapsa, krzyczy (*jesteś okropny, wstrętny, niedobry*) grozi (*nigdzie nie pójdziesz, jak nie posprzątasz*), daje kary (*koniec z komputerem jak nie zaczniesz robić...*). Gdzie jest miłość kiedy dziecko chce pobyć z rodzicem a słyszy *nie teraz, zaraz, jutro*, itd.

Czy tak robiłby i mówiła miłość – chyba nie. Wygląda na to, że rodzic jest po prostu człowiekiem, a sama miłość to nie wszystko, aby skutecznie postępować z dzieckiem. Tak ona może być „motorem napędzającym”. Ona może skłonić do tego by poszukiwać dróg do lepszego porozumienia się z tą istotą, którą rodzic ma wychować na siłą, niezależną osobę, ona może zachęcić rodzica, aby podjął wysiłek i zmienił coś w swoim postępowaniu z dzieckiem. To może miłość i o tym właśnie jest Trening Skutecznego Rodzica.

**Mamy jeszcze dużo czasu nasze dzieci są jeszcze małe** To prawda czasu jest dużo i małe dziecko, mały kłopot... Rodzice, którzy tak myślą, zapominają, że dzieci kształtują swoje wzorce zachowania, stosunek do samego siebie i innych w pierwszych latach życia. To właśnie wtedy podjęte działania przynoszą najlepsze rezultaty. Kiedy zapominamy o tym, że powtarzane ciągle zachowanie wchodzi w nawyk i staje się sposobem bycia... to potem mamy duże dziecko i duży kłopot...

**Teraz nie mamy żadnych poważnych problemów** To prawda teraz nie. Kluczem w tym stwierdzeniu jest słowo teraz. Wydaje się, że bardziej rozsądnym w wychowaniu jest stosować zasadę lepiej zapobiegać, niż leczyć. Ważne by rodzice zrozumieli, że Trening Skutecznego Rodzica pozwala zdobyć umiejętności i wiedzę, aby uniknąć problemów. Kiedy relacje pomiędzy rodzicami a dziećmi będą naprawdę „zniszczone”, może być już za późno na ich „naprawę”.

**Inni rodzice potrzebują szkolenia a ja nie** To prawda inni potrzebują, ale Ty także jesteś rodzicem i borykasz się z takimi samymi problemami jak inni rodzice. Większość rodziców trzyma się mocno przekonania, że tylko w rodzinach biednych, niewykształconych może się zdarzyć, że dzieci będą agresywne, sięgną po narkotyki, alkohol czy zejdą na margines społeczny. Jednak wszystkie dane temu przeczą. Zatem



TRENING SKUTECZNEGO RODZICA



nie ma znaczenia to jak zarabiasz na życie, bez względu na to czy jesteś członkiem zarządu wielkiej korporacji, nauczycielem czy kierowcą – trudności mogą zdarzyć się w każdej rodzinie.

**Nie potrzebujemy terapii** To prawda, tylko, że tu nie chodzi o terapię. Tak się składa, że na myśl o uczeniu się skutecznego rodzicielstwa z elementami psychologii porównuje się to z uczęszczaniem na terapię. Trening Skutecznego Rodzica jest kursem edukacyjnym, dającym wiedzę i umiejętności, wzbogacającym inne spojrzenie na wychowanie.

**Nie ma takiego specjalisty, który mówiłby mi jak mam wychowywać moje dzieci** To prawda nie ma. To rodzic jest specjalistą od własnego dziecka. Nie wiem jak na innych kursach, ale na Treningu Skutecznego Rodzica trenerzy nie są ekspertami, którzy wiedzą najlepiej. Trener nie poucza rodziców jak mają wychowywać swoje dzieci, nie twierdzi, że zna wszystkie odpowiedzi. Uczy wypróbowanych sposobów skutecznej komunikacji opartej na wzajemnym szacunku. Dzięki stosowaniu przez rodziców odpowiednich metod dzieci uczą się jak radzić sobie ze swoimi problemami, a konflikty w rodzinie rozwiązywane są w taki sposób, aby nikt nie czuł się przegrany.

**Nie wierzę, że taki kurs cokolwiek zmieni** To prawda kurs niczego nie zmieni, dopóki rodzice sami nie zechcą podjąć się trudu dokonania zmian. Chodzi nie tylko o zastosowanie i wypróbowanie technik, ale dokonanie także zmian w swoich postawach. To przekonanie wywodzi się z chęci dokonania się pewnych zmian natychmiast! Stąd trwające nieustannie poszukiwania przez rodziców gotowej recepty na rozwiązania problemów z dziećmi. Nie rozumieją, że aby zmienić się klimat w ich rodzinie muszą zacząć od siebie. Często też chcą, aby to inni się zmienili a nie oni sami. Dzieci powtarzają to co widzą, bo rodzice dają im przykład. To nie Trening Skutecznego Rodzica ma zmienić klimat w twojej rodzinie, on ma dać ci narzędzia i nauczyć cię jak je wykorzystać do tego abyś to ty Drogi Rodzicu sam mógł wziąć odpowiedzialność za zmianę.

\*\*\*

autor: Violetta Kruczkowska

## Oferujemy programy metody Gordona

- **Trening Skutecznego Rodzica** - TSR (ang. Parent Effectiveness Training - PET) – odbiorcy to rodzice, opiekunowie, dziadkowie



TRENING SKUTECZNEGO RODZICA



- **Trening Skutecznego Nauczyciela** - TSN (ang. Teacher Effectiveness Training - TET) – odbiorcy to wychowawcy, nauczyciele, wykładowcy akademicki, katecheci
- **Trening Skutecznej Komunikacji Dzieci i Młodzieży** - TSK (ang. Youth Effectiveness Training - YET) – odbiorcy to dzieci i młodzież w wieku 12-18 lat
- **Bądź Najlepszy, Najlepsza** - BNN (ang. Be Your Best - BYB) – odbiorcy to doradcy, konsultanci, edukatorzy, trenerzy rozwoju osobistego, coachowie, terapeuci, instruktorzy, pracownicy socjalni, kuratorzy sądowi, lekarze, prawnicy, urzędnicy administracji publicznej, personel firm, osoby zainteresowane rozwojem osobistym
- **Trening Skutecznego Lidera** - TSL (ang. Leader Effectiveness Training - LET) – odbiorcy to dyrektorzy, menadżerowie, kierownicy, rektorzy uczelni wyższych, prezesi zarządów

## Skontaktuj się z nami:

Tel. / Fax.: +48 91 426 87 53

Tel. kom. +48 602 33 61 09, +48 606 36 40 46

E-mail: [gordon@gordon.edu.pl](mailto:gordon@gordon.edu.pl)