



Warsztaty dla dzieci, młodzieży i ich rodziców

Jeżeli nie wiesz, dokąd chcesz iść, nie ma znaczenia, którą drogą pójdziesz...

„Alicja w krainie czarów” – Lewis Carroll

ROZWÓJ CZŁOWIEKA, CZYLI JAK TO SIĘ ODBYWA?

Rozwój człowieka to przygoda, której bohaterem jest on sam i która rozgrywa się w określonych warunkach. W procesie rozwoju człowiek – najpierw jako dziecko, potem jako nastolatek, w końcu jako dorosły – coraz lepiej opanowuje struktury, dzięki którym odbywa się komunikacja między nim a szeroko rozumianym otoczeniem. Rodzice i nauczyciele są początkiem całego rozwoju. Dzieci staną się dorosłymi odpowiedzialnymi za różne dziedziny życia. Będą zajmować się edukacją, przemysłem, kulturą, polityką, nauką. Będą też wsparciem dla nas na starość. Będą tworzyły społeczeństwo i świat. Jakimi będą osobami w wieku dorosłym? Czy będą otwarte na potrzeby drugiego człowieka? Czy będą miały umiejętności dzielenia się swoimi talentami? Czy będą potrafiły budować bliskie relacje? Czy będą podejmować odpowiedzialne decyzje? I w końcu – czy będą zwyczajnie szczęśliwe?

RODZICIELSTWO – DLACZEGO TO TAKIE WAŻNE?

Każdy z nas rodzi się z określonym potencjałem, talentami i osobowością. Ale by pozwolić dziecku rozwinąć to, co w nim najlepsze, by prawidłowo wesprzeć je w rozwoju, niezbędni są świadomi rodzice i nauczyciele. To oni pomagają dzieciom stać się dojrzałymi, zdolnymi do empatii i zaangażowania dorosłymi. Rodzicielstwo to niekończące się serie wydarzeń, konfliktów, czasowych kryzysów, które wymagają określonej reakcji. Reakcje te niosą ze sobą konsekwencje, które mają wpływ na osobowość dziecka oraz na jego szacunek do samego siebie i innych ludzi. Często przyczyna trudności w relacji rodzic – dziecko leży w jakości komunikacji. O wychowaniu dziecka mówimy wtedy, kiedy daje się młodemu człowiekowi możliwość odczuwania własnej wartości, miłości do siebie, kiedy człowiek ten staje się asertywny, zdolny do dążenia do tego, co kocha. Edukować, z łaciny *ex-ducere*, znaczy „wyciągać coś z kogoś”.

RODZIC – OSOBA, KTÓRA TEŻ BYŁA DZIECKIEM

Rodzice często martwią się, że ich dziecko nie wierzy w siebie i to przekłada się na jego relacje z rówieśnikami. Należy jednak pamiętać, że aby dziecko czuło się wartościowe, to właśnie rodzice i najbliższe osoby muszą mu to okazać. Dziecko czerpie swoją wiarę we własne siły i moc sprawczą od najbliższych. Stąd tak ważne jest stworzenie relacji, w których dzieci poczują oparcie w rodzicach, ich zaufanie i uwagę dla ich potrzeb. Rodzice kiedyś też byli dziećmi i często sami nie dostawali dobrych wzorców. Praca nad relacją z dzieckiem zaczyna się więc paradoksalnie nie od pracy z pociechą, lecz od pracy dorosłego nad sobą samym. Pracując z rodzicami, widzimy te „dziury”, które w sobie noszą. Są to braki powstałe bardzo często właśnie w dzieciństwie. Staramy się wesprzeć rodziców i dać im skuteczne narzędzia do pracy nad własnym rozwojem. Zrozumienie własnych braków i potrzeb powoduje nierzadko, że zdajemy sobie sprawę z tego, co możemy i powinniśmy dać swojemu dziecku, aby stało się wielkim dorosłym – zdrową, szczęśliwą osobą, zdolną do tego, by żyć pełnią życia.

WARSZTATY, CZYLI PRACA RODZICÓW I DZIECI

Wychowanie dzieci, nawiązywanie z nimi bliskich relacji opiera się zasadniczo na właściwościach regulacyjnych: umiejętności słuchania, zauważania, kształtowania zachowania oraz sposobu przekazywania uczuć i myśli za pomocą słów. Jednoczesna praca z rodzicami i dzieckiem przynosi najlepsze efekty. W związku z tym organizujemy nie tylko warsztaty dla rodziców, ale także dla dzieci i młodzieży. System edukacyjny narzuca zbyt statyczną formę. Nie uwzględnia tego, że różnimy się między sobą, oraz nie wskazuje, jak niezwykle cenna jest ta różnorodność. Na warsztatach pomagamy dzieciom poznać ich mocne strony oraz zasoby

ich rówieśników. Są dzieci, którym nikt nie pokazał ich potencjału, nie nauczył rozwiązywania problemów czy choćby wyobrażenia sobie rozwiązań. Potem, dorastając, ześlizgują się w bardzo trudne stany, bo nie widzą wyjścia z pewnych sytuacji.

PODEJŚCIE PRORODZWOJOWE, CZYLI WIARA W SIEBIE TO PODSTAWA

Dlatego właśnie podczas warsztatów z młodzieżą korzystamy z podejścia prorodziejowego, które zachęca do otwarcia się na doskonalenie własnych talentów i możliwości. Daje to wewnętrzną siłę do przewycięzania własnych ograniczeń. Pokazujemy i udowadniamy, że nie należy bać się porażek, ale czerpać z nich naukę, i że nie można się poddawać. Dowodzimy, że jeśli czegoś nie potrafimy zrobić, to należy mieć w głowie słowo „jeszcze”. Nasze warsztaty mają charakter autorski. Głównym obszarem naszej aktywności są warsztaty dla rodziców oraz nauczycieli z zakresu komunikacji i umiejętności wychowawczych. Naszym celem jest także przekazywanie rodzicom i dzieciom profesjonalnej wiedzy i wsparcia, tak by w pełni poczuli swoją wewnętrzną moc, wiarę w siebie i w swoje możliwości. Pragniemy wspierać ich w tworzeniu wzajemnej więzi, zrozumienia i zaufania.

CZŁOWIEK JAKO CZYNNIK PSYCHOTERAPEUTYCZNY

Na koniec zacytujmy słowa Abrahama Maslowa: *Ludzie powinni wyraźnie zdawać sobie sprawę z tego, że za każdym razem, kiedy komuś grożą, upokarzają go lub ranią, kiedy odrzucają inną istotę ludzką, stają się siłami psychopatologii, nawet jeśli są to słabe oddziaływania. Powinni także uznać, że każdy człowiek, który jest uprzejmy, pomocny i uczciwy, demokratyczny w psychologicznym znaczeniu tego słowa, czuły i serdeczny, jest czynnikiem psychoterapeutycznym, choćby działał z niewielką siłą*

Ten, kto naprawdę kocha siebie, ma wielki potencjał!

Mówimy więc – do zobaczenia na ścieżkach rozwoju!

Beata Pawełczyk-Cnudde

coach terapeutyczny i trenerka biofeedback

www.suninus.eu

Monika Młodzianowska

psycholog kliniczny

www.monikamlodzianowska.pl

Gazetka 178 – luty 2019