

KAŻDY MOŻE BYĆ DOBRYM RODZICEM DLA SWOJEGO DZIECKA

Scenariusz
spotkania
edukacyjnego
dla rodziców



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIĘ

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę dąży do tego, by wszystkie dzieci miały bezpieczne dzieciństwo i były traktowane z poszanowaniem ich godności i podmiotowości.

Chronimy dzieci przed krzywdzeniem i pomagamy tym, które doświadczyły przemocy, by znały swoje prawa, wierzyły w siebie i cieszyły się życiem.

Realizując naszą misję:

- Oferujemy krzywdzonym dzieciom i ich opiekunom pomoc psychologiczną i prawną.
- Uczymy dzieci, jak mogą uniknąć przemocy i wykorzystywania.
- Uczymy dorosłych, jak traktować dzieci/co mogą zrobić, żeby nie były krzywdzone.
- Informujemy dorosłych, jak reagować, gdy podejrzewają, że dziecku dzieje się krzywda.
- Wpływamy na polskie prawo, by jak najlepiej chroniło interes dziecka.

AUTOR:

Aneta Kwaśny

Marlena Trąbińska-Haduch

AKTUALIZACJA:

Justyna Wichot-Dreghiciu

PROJEKT GRAFICZNY:

Olga Brzozowska

Natalia Wiśniewska

Anna Kozik

Copyright © 2024 Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
Poradnia dla Rodziców Latarnia Morska
ul. Walecznych 59
03-926 Warszawa
tel. 22 616 16 69
e-mail: poradnia@fdds.pl
www.fdds.pl

Ogólna charakterystyka spotkania



Zakres tematyczny:

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

Opieka nad niemowlętami i maluchami może być bardzo wymagająca (najczęściej taka jest!). Większość z rodziców doświadcza poczucia niezrozumienia zachowań dziecka, czasem poczucia niepowodzenia, zmęczenia, rozdrażnienia, co może prowadzić do zachowań krzywdzących wobec dziecka i obniżania poczucia wartości u rodzica. Bardzo często jedynymi podpowiedziami dotyczącymi tego, jak sobie poradzić z emocjami i wyjść z błędnego koła krzywdzenia są powtarzane w głowie zdania „nie chcę być taki jak moi rodzice”. Bywa też, że komunikaty płynące od różnych specjalistów są sprzeczne i nie dają jasnej odpowiedzi co zmienić, jak inaczej się zachować.

Oddajemy w Państwa ręce scenariusz, który umożliwi przygotowanie i przeprowadzenie spotkania dla rodziców małych dzieci na temat wystarczająco dobrego rodzicielstwa. To próba przyjrzenia się, jakie cechy wpisują się w rolę dobrego rodzica i czy takie w ogóle są? Wydaje się nam, że wspólne szukanie odpowiedzi, w gronie innych rodziców może być pomocne dla uczestników.



Cele spotkania:

Przyjrzenie się wymaganiom społecznym wobec roli rodziców i zestawienie ich z teorią na temat bezpiecznego przywiązania dzieci.

Ogólna charakterystyka spotkania



Czas:

Spotkanie trwa 2 godziny. Warto przed poprowadzeniem spotkania zapoznać się z całym scenariuszem. Zachęcamy również do układania serii spotkań edukacyjnych, które będą mogły uzupełniać się zagadnieniami.



Odbiorcy:

Rodzice dzieci do 6. roku życia.



Liczebność grupy:

Liczebność grupy zależna jest od możliwości lokalowych, zaleca się jednak, aby grupa nie liczyła mniej niż 8 osób i nie więcej niż 12. Umożliwi to każdemu uczestnikowi efektywną pracę.



Miejsce szkolenia:

Przedszkola, żłobki, Ośrodki Pomocy Społecznej i inne miejsca w których pojawiają się rodzice małych dzieci.



Sprzęt, 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, zapisane zasady pracy na czas spotkania edukacyjnego.



Formy i metody pracy:

Ćwiczenia w podgrupach, wypowiedzi na forum grupy, burze mózgów, wykorzystywanie osobistych doświadczeń podczas ćwiczeń, mini wykład.



Uwagi dotyczące prowadzenia zajęć:

Warto zapoznać się z całym scenariuszem przed poprowadzeniem spotkania.



Prowadzący:

Profesjoniści znający rozwój małego dziecka, specyfikę rodziny z małym dzieckiem – m.in. psycholodzy, pedagodzy, psychoterapeuci.

Opis poszczególnych etapów spotkania

Moduł 1.

WSTĘP



Cele: przedstawienie się osób prowadzących i uczestników, rozeznanie w przekonaniach uczestników na temat dobrego rodzicielstwa.



Czas: 70 min.



Formy i metody pracy:



Sprzęt

i materiały:

flipchart, kolorowe mazaki do pisania na flipcharcie, kartki A4 (np. ryza białego papieru), długopisy dla uczestników, identyfikatory.

rundka, burza mózgów, praca na własnym doświadczeniu, praca w grupach.

1. Wprowadzenie, przedstawienie się osób prowadzących

Czas: 5 minut

Osoba prowadząca wita uczestników i przedstawia się, podając imię i nazwisko oraz informacje o życiu zawodowym – zawód, wykonywane zadania i to, co czuje, że jest ważne w tym momencie.

2. Przedstawienie się uczestników

Czas: 10 minut

Każdy uczestnik krótko przedstawia siebie, uwzględniając takie informacje jak swoje imię, liczba, imiona i wiek dzieci, a także czym się zajmuje w życiu, co lubi (to ostatnie jest opcjonalne).

3. Jaki powinien być RODZIC?

Czas: 25 minut

Osoba prowadząca zaprasza uczestników do pomyślenia o tym, co rodzic „POWINIEN”. W chwili refleksji, w ciszy, rodzice proszeni są aby zwrócili uwagę na wszystkie: myśli, przekonania, skojarzenia, przekazy społeczne, które pojawiają się w ich głowach. Bardzo cenne będzie podzielenie się bez cenzurowania odpowiedzi. Nie ma tutaj dobrych i złych odpowiedzi. Celem tego ćwiczenia jest pokazanie jakie są przekonania na temat rodzicielstwa.

Następnie osoba prowadząca dzieli uczestników na dwie grupy, rozdaje po kartce flipcharta i zaprasza uczestników do stworzenia wspólnej listy. Na ten etap ćwiczenia można przeznaczyć 10 minut.

Po tym czasie osoba prowadząca zaprasza obie grupy do zaprezentowania wypracowanych list.

Uwagi dla osoby prowadzącej:

Po prezentacji przez dwie grupy można zapytać uczestników o myśli, emocje, wrażenia kiedy patrzą na oba flipcharty. Mogą pojawić się myśli, że jest tego dużo, albo, że niektóre punkty zaprzeczają same sobie, lub, że są niemożliwe do wykonania. Na koniec prowadzący sygnalizuje, że powstała na dwóch flipchartach lista – czyli wspólna lista, co **powinien** robić rodzic/jaki **powinien** być. Przyda się ona na końcu spotkania, aby sprawdzić/odnieść się do tego, czy są to cechy dorosłego, których potrzebują dzieci.

4. Wspomnienie

Czas: 25 minut

Instrukcja dla rodziców:

Przypomnijcie sobie czas, gdy byliście dziećmi – bardzo małymi, w wieku przedszkolnym, szkolnym, nastolatkami. Wybierzcie etap, do którego uda się wam we wspomnieniach dotrzeć. Pomyślcie teraz o takim dorosłym (to nie musi być mama czy 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 sprawiło, że ta relacja była dla Was szczególnie ważna?

Po chwili przeznaczonej do indywidualnych wspomnień, osoba prowadząca zaprasza do połączenia się w pary i opowiedzenia o tym, co **robiła** osoba ze wspomnienia, **jak się zachowywała**, że miło się ją wspomina. Im dokładniej uda się opowiedzieć o zachowaniu dorosłego ze wspomnienia, tym będzie można dokładniej się temu przyjrzeć i z niego skorzystać.

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

Uwagi dla osoby prowadzącej:

Można zapytać uczestników, co myślą o tym, co pojawiło się na flipcharcie, o ich emocje, wrażenia. Można również podsumować, że jest to lista potrzeb dziecka, jakie ma w stosunku do dorosłego i jednocześnie warto porównać z listą powstałą w poprzednim ćwiczeniu.

Zazwyczaj okazuje się, że to co mamy w głowie pod hasłem „rodzic powinien” jest mało adekwatne do tego, co w naszych wspomnieniach kojarzy się nam „z dobrym rodzicem, opiekunem”. Rodzice i dzieci mają zupełnie inną definicję DOBREGO RODZICA.

Warto mieć na uwadze czas, aby kolejna część spotkania mogła też odbyć się w zaproponowanym w scenariuszu tempie.

Prosiaczek, idący w tyle za Puchatkiem, wspiął się na paluszki i szepnął:

- Puchatku!

- Co, Prosiaczku?

- Nic - rzekł Prosiaczek, biorąc Puchatka za łapkę - chciałem się tylko upewnić, czy jesteś.

A.A. Milne

Opis poszczególnych etapów spotkania

Moduł 2.



Cele: poszerzenie świadomości na temat wystarczająco dobrego rodzicielstwa, poszerzenie wiedzy na temat bezpiecznego przywiązania dzieci.



Czas: 50 min.



Formy i metody pracy:



Sprzęt

i materiały:

flipchart, kolorowe mazaki do pisania na flipcharcie, kartki A4 (np. ryza białego papieru), długopisy dla uczestników.

mini wykład, burza mózgów, praca na własnym doświadczeniu, praca w grupach.

1. Wystarczająco dobry rodzic – mini wykład

Czas: 15 minut

W tej części osoba prowadząca przedstawia krótko najważniejsze kwestie związane z teorią przywiązania. Jest ona bazą spotkania i może być bardzo pomocna (oprócz wspomnień uczestników) w szukaniu odpowiedzi na pytanie „*jak być dobrym rodzicem*”. Być może osoba prowadząca usłyszała w poprzednim ćwiczeniu od uczestników takie treści, do których będzie mogła się odnieść w czasie prezentowania teorii.

Na początek warto wspomnieć o hasle WYSTARCZAJĄCO DOBRY RODZIC.

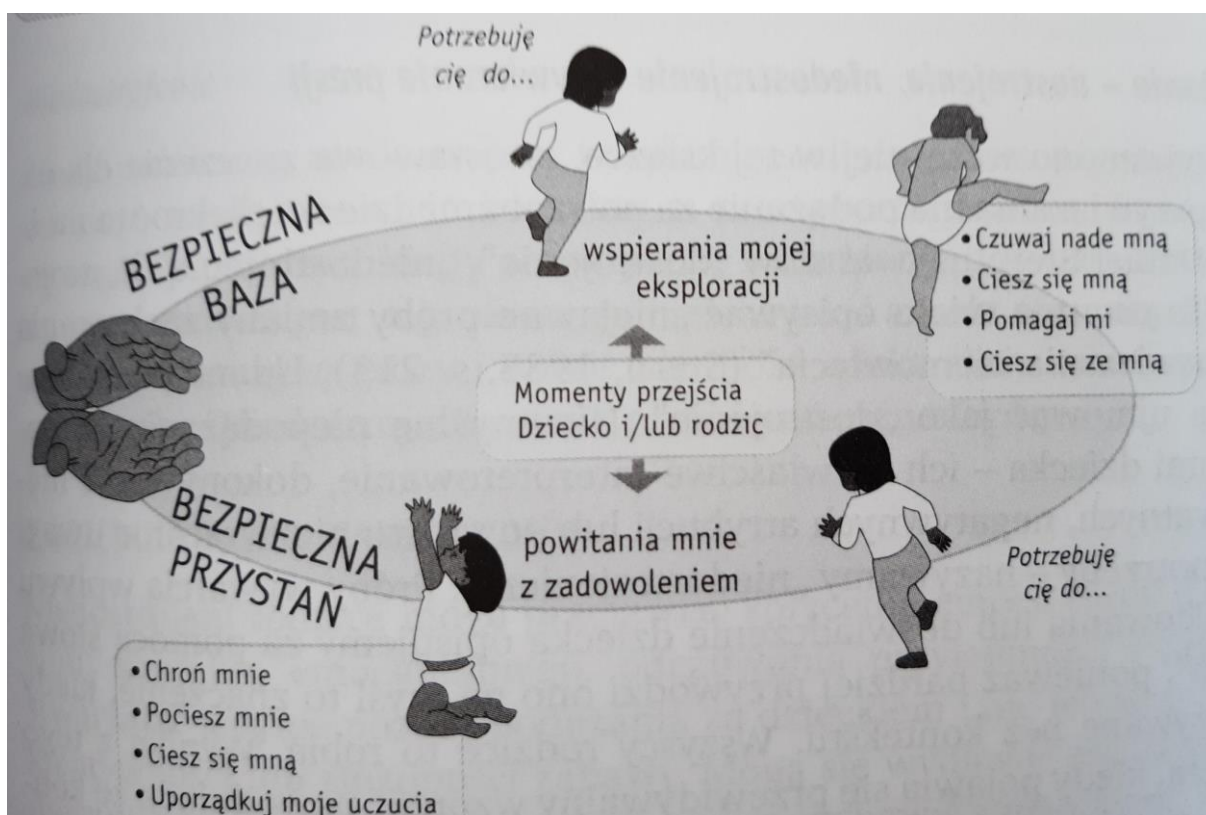
Donald Winnicott brytyjski psychoanalityk i pediatra z wykształcenia, stworzył pojęcie „wystarczająco dobrej matki” (w czasach działalności Winnicotta, głównie matki były zaangażowane w wychowywanie dzieci i brały udział w badaniach). Termin ten współcześnie został rozszerzony na wystarczająco dobrego opiekuna, rodzica. Wystarczająco dobry opiekun - to osoba, która troszczy się o dziecko oraz opiekuje się zapewniając „harmonijne zestrojenie” z nim. Pozwala jednak pobyc dziecku samemu, aby obecność nie była postrzegana jako zbyt ingerująca. Winnicott napisał: „w ludzkiej naturze jest wiele spraw głęboko ukrytych i ja osobiście wolałbym być dzieckiem matki, która boryka się z wewnętrznymi konfliktami, niż takiej, która zna odpowiedź na wszystkie pytania i której nigdy nie nękają wątpliwości”.

Wystarczający dobry rodzic będzie starał się zauważać emocje i potrzeby dziecka i adekwatnie, w miarę możliwości, na nie reagował. Taki rodzic widzi też własne potrzeby, jest świadomy swoich zasobów, jak i ograniczeń. To hasło może ściągnąć ogromną presję z ramion rodziców, ponieważ bardzo często w ich poczuciu należy być idealnym rodzicem. Jednak, nie tego potrzebują dzieci, jak również nie jest to możliwe do zrealizowania. Dzieci potrzebują autentycznych rodziców. Potrzebują mieć doświadczenie omylności rodzica, czy bycia przepraszonym.

Ogólna wiedza na temat przywiązania jest niezbędna aby móc zrozumieć i spróbować zdefiniować ramy wystarczająco dobrego rodzicielstwa, które każdy rodzic może wypełniać treścią już indywidualnie.

Twórcą koncepcji przywiązania jest John Bowlby - brytyjski psychiatra i psychoanalityk. Mówił on, iż kluczem do prawidłowej relacji jest wysyłanie sygnałów przez dziecko i adekwatna odpowiedź dorosłego. Samo przywiązanie definiował jako system reakcji, który w sposób pierwotny i autonomiczny zapewnia ustalenie więzi. Jego dynamika i przebieg odgrywa podstawową rolę w utrzymaniu równowagi emocjonalnej. Wspomniany system reakcji jest matrycą, którą dziecko wnosi w relacje z innymi ludźmi przez całe życie. Bowlby upatrywał źródła bezpieczeństwa (na podstawie wielu badań) w: dostępności rodzica, responsywności i przewidywalności opiekuna.

Na potrzeby tego spotkania możliwe jest ogólne zarysowanie i zdefiniowanie teorii przywiązania. Wydaje się, że bardzo obrazowo i tym samym dostępne dla uczestników, można to zrobić przez zapoznanie rodziców z interwencją o nazwie Krąg ufności. Jest ona zebraniem wiedzy i dorobku wszystkich badaczy zaangażowanych w rozwój teorii przywiązania.



Krąg ufności s. 55 Rodzic zwracający uwagę na potrzeby dziecka.

Autorami tej interwencji są: Bert Powell, Glen Cooper i Kent Hoffman. Według wspomnianych klinicystów, droga do ufego przywiązania to:

- obecny rodzic, jako baza, z której dziecko może ruszyć do eksploracji otoczenia,
- jak i przystań, do której dziecko może wrócić i schronić się, pocieszyć, doznać ukojenia i nazwania uczuć.

Zadania rodzica w momencie bycia bezpieczną bazą dla dziecka to:

Pożegnanie, kiedy dziecko idzie eksplorować świat (*pa pa*)

Zabawa z dzieckiem

Wspieranie eksploracji (*„dasz radę”, „jestem tu, jeżeli będziesz mnie potrzebować”, „widzę, że masz ochotę iść się pohuścić”*)

Wspólne cieszenie się

Zachwyty dzieckiem (często wyrażony/widoczny w ekspresji twarzy)

Czuwanie nad granicami

Czuwanie nad bezpieczeństwem

Zadania rodzica w momencie bycia bezpieczną przystanią dla dziecka to:

Powitanie (*„hej, czekałam/em na ciebie”, „cieszę się, że cię widzę”*)

Ochrona

Pocieszenie (*„ojej, przewróciła się twoja wieża”*)

Dotyk

Nazwanie emocji (*„wyglądasz na zasmuconego”, „mam wrażenie, że się przestraszyłeś”*)

Autorzy tej interwencji opisują funkcje rąk w kręgu (czyli rodziców, opiekunów) jako większe, silniejsze, mądrzejsze i dobre. To hasło może być przydatne rodzicom w chwilach wyboru, jak zareagować w trudnej sytuacji, w której na przykład dziecko przekracza granice.

Autorzy zachęcają: ilekroć to możliwe podążaj za potrzebą dziecka, a ilekroć to konieczne przejmij kontrolę.

Uwagi dla osoby prowadzącej:

Można narysować schematycznie uczestnikom krąg przedstawiany na zdjęciu albo pokazać rysunek i opowiedzieć co sprawia, że dziecko może czuć się bezpiecznie a rodzic wystarczająco dobrze wypełniać swoją rolę. Jest to oczywiście model, warto pamiętać o słowie WYSTARCZAJĄCY.

Warto przekazać uczestnikom najważniejsze informacje, resztę można rozdać w formie materiału zawartego jako załącznik nr 1. Bardzo ważną informacją, jest to że w obliczu wiedzy na temat bezpiecznego przywiązania oraz rozwoju małego dziecka okazuje się, że dzieci nie potrzebują takiego rodzica, który opisywany jest w ćwiczeniu pierwszym.

.

2. Praca w grupach

Czas: 15 minut

Osoba prowadząca dzieli uczestników na dwie grupy i rozdaje flipchart oraz mazaki. Warto zwrócić uwagę, aby były to inne grupy niż na samym początku.

Jedna grupa dostaje zaproszenie do porozmawiania na temat: *Co może zrobić rodzic, żeby zadbać o siebie? Na co zwrócić uwagę, czego potrzebują „ręce” z przedstawionego wcześniej kręgu, żeby czuć się na siłach opiekować się dzieckiem?*

Druga grupa dostaje zaproszenie do zebrania myśli na temat kompetencji dziecka, które pomagają rodzicowi wypełniać swoją rolę. *Pomyśl o swoim dziecku i przypomnij sobie co robi, jak się zachowuje Twoje dziecko, kiedy chce zasygnalizować Ci jakąś swoją potrzebę?*

Następnie grupy prezentują efekty swoich rozmów.

Uwagi dla osoby prowadzącej:

Warto wyjaśnić uczestnikom, że kluczowe jest zadbanie o siebie, żeby móc dbać o dzieci. Metafora z podróży samolotem (podania najpierw sobie maski tlenowej a potem dziecku w momencie awarii) jest bardzo znana, i jak najbardziej aktualna.

Rozmowa na temat kompetencji dziecka podkreśla, że rodzic nie jest w tym sam, dziecko ma też swoją ważną rolę i wszystko odbywa się dwukierunkowo, jest to wymiana, stąd wspomniany wcześniej krąg. 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 zauważyć granicę, czy pozwolą mu na samodzielność, pochwalą, czy pokażą konsekwencję jego zachowania. Na tej bazie buduje się ich przekonanie jakimi są rodzicami (na co może mieć ogromny wpływ dbanie o siebie).

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.

3. Zakończenie

Czas 15 minut

Po przeprowadzeniu powyższych ćwiczeń, można rodziców zachęcić do stworzenia własnej definicji Dobrego Rodzica, adekwatnej dla ich relacji z dzieckiem. W tym celu warto przypomnieć wszystkie listy, które powstały w czasie tego spotkania i zachęcić do szukania „swojej listy”. Ponieważ każdy z nas jest indywidualnością, ta definicja będzie inna dla każdego rodzica – bardzo indywidualna. Osoba prowadząca może zachęcić uczestników do dokończenia zdania:

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

4. Pożegnanie

Czas 10 minut

Podziękowanie uczestnikom za udział w zajęciach. Każdy uczestnik proszony jest o jedną myśl albo emocję, z którą kończy spotkanie.

Na zakończenie spotkania warto powiedzieć rodzicom, gdzie mogą szukać pomocy i dalszego wsparcia.

Mamy nadzieję, że ten krótki scenariusz pomoże Państwu zachęcić rodziców do szukania własnej drogi w rodzicielstwie w oparciu o przekazaną wiedzę na temat bezpiecznego przywiązania.

Powodzenia!

Bibliografia:

Coyne L., Murrell A. (2020). Radość rodzicielstwa. Sopot: GWP

Godlewska M., Łukasiewicz-Posyński A., Rudzka A., Ulman-Bogusławska R. (2012). Fenomen przywiązania. Warszawa: Grafis Wydawnictwo i Poligrafia

Milne A. A. (1995). Kubuś Puchatek. Chatka puchatka. Warszawa: Wydawnictwo Nasza Księgarnia

Powell B., Cooper G., Hoffman K., Marvin B. (2015). Krąg ufności. Interwencja wzmacniająca przywiązanie we wczesnych relacjach rodzic-dziecko. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego

Winnicott D. (1993). Dziecko jego rodzina i świat. Warszawa: [Jacek Santorski & Co Agencja Wydawnicza](#)

Załączniki/materiały poszkoleniowe

Materiały do wykorzystania podczas spotkania:

Załącznik nr 1

Donald Winnicott brytyjski psychoanalityk i pediatra z wykształcenia, stworzył pojęcie „wystarczająco dobrej matki” (w czasach działalności Winnicotta, głównie matki były zaangażowane w wychowywanie dzieci i brały udział w badaniach). Termin ten współcześnie został rozszerzony na wystarczająco dobrego opiekuna, rodzica. Wystarczająco dobry opiekun - to osoba, która troszczy się o dziecko oraz opiekuje się zapewniając „harmonijne zestrojenie” z nim. Pozwala jednak pobyc dziecku samemu, aby obecność nie była postrzegana jako zbyt ingerująca. Winnicott napisał: „w ludzkiej naturze jest wiele spraw głęboko ukrytych i ja osobiście wolałbym być dzieckiem matki, która boryka się z wewnętrznymi konfliktami, niż takiej, która zna odpowiedź na wszystkie pytania i której nigdy nie nękają wątpliwości”.

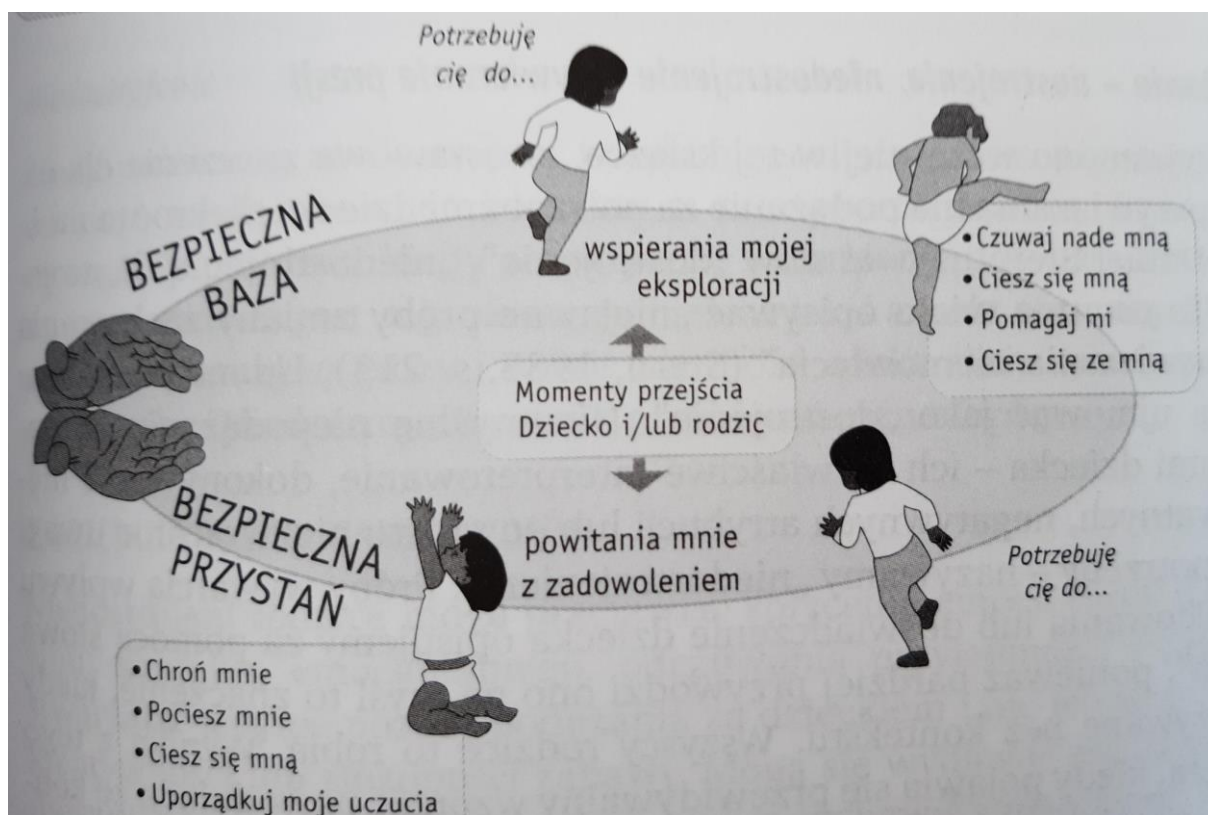
Wystarczający dobry rodzic będzie starał się zauważać emocje i potrzeby dziecka i adekwatnie, w miarę możliwości, na nie reagował. Taki rodzic widzi też własne potrzeby, jest świadomy swoich zasobów, jak i ograniczeń. To hasło może ściągnąć ogromną presję z ramion rodziców, ponieważ bardzo często w ich poczuciu należy być idealnym rodzicem. Jednak, nie tego potrzebują dzieci, jak również nie jest to możliwe do zrealizowania. Dzieci potrzebują autentycznych rodziców. Potrzebują mieć doświadczenie omylności rodzica, czy bycia przepraszanym.

Ogólna wiedza na temat przywiązania jest niezbędna aby móc zrozumieć i spróbować zdefiniować ramy wystarczająco dobrego rodzicielstwa, które każdy rodzic może wypełniać treścią już indywidualnie.

Twórcą koncepcji przywiązania jest John Bowlby - brytyjski psychiatra i psychoanalityk. Mówił on, iż kluczem do prawidłowej relacji jest wysyłanie sygnałów przez dziecko i adekwatna odpowiedź dorosłego. Samo przywiązanie definiował jako system reakcji, który w sposób pierwotny i autonomiczny zapewnia ustalenie więzi. Jego dynamika i przebieg odgrywa podstawową rolę w utrzymaniu równowagi emocjonalnej. Wspomniany system reakcji jest matrycą, którą dziecko wnosi w relacje z innymi ludźmi przez całe życie. Bowlby upatrywał źródła bezpieczeństwa (na podstawie wielu badań) w: dostępności rodzica, responsywności i przewidywalności opiekuna.

Na potrzeby tego spotkania możliwe jest ogólne zarysowanie i zdefiniowanie teorii przywiązania. Wydaje się, że bardzo obrazowo i tym samym dostęпно dla uczestników, można to zrobić przez zapoznanie rodziców z interwencją o nazwie Krąg ufności. Jest ona zebraniem wiedzy i dorobku wszystkich badaczy zaangażowanych w rozwój teorii przywiązania.

Załączniki/materiały poszkoleniowe



Krąg ufności s. 55 Rodzic zwracający uwagę na potrzeby dziecka

Autorami tej interwencji są: Bert Powell, Glen Cooper i Kent Hoffman. Według wspomnianych klinicystów, droga do ufnego przywiązania to:

- obecny rodzic, jako baza, z której dziecko może ruszyć do eksploracji otoczenia,
- jak i przystań, do której dziecko może wrócić i schronić się, pocieszyć, doznać ukojenia i nazwania uczuć.

Zadania rodzica w momencie bycia bezpieczną bazą dla dziecka to:

Pożegnanie, kiedy dziecko idzie eksplorować świat (*pa pa*)

Zabawa z dzieckiem

Wspieranie eksploracji (*„dasz radę”, „jestem tu, jeżeli będziesz mnie potrzebować”, „widzę, że masz ochotę iść się pohuścić”*)

Wspólne cieszenie się

Zachwyt dzieckiem (często wyrażony/widoczny w ekspresji twarzy)

Czuwanie nad granicami

Czuwanie nad bezpieczeństwem

Zadania rodzica w momencie bycia bezpieczną przystanią dla dziecka to:

Powitanie (*„hej, czekałam/em na ciebie”, „cieszę się, że cię widzę”*)

Ochrona

Pocieszenie (*„ojej, przewróciła się twoja wieża”*)

Dotyk

Nazwanie emocji (*„wyglądasz na zasmuconego”, „mam wrażenie, że się przestraszyłaś”*)

Załączniki/materiały poszkoleniowe

Autorzy tej interwencji opisują funkcje rąk w kręgu (czyli rodziców, opiekunów) jako większe, silniejsze, mądrzejsze i dobre. To hasło może być przydatne rodzicom w chwilach wyboru, jak zareagować w trudnej sytuacji, w której na przykład dziecko przekracza granice.

Autorzy zachęcają: ilekroć to możliwe podążaj za potrzebą dziecka, a ilekroć to konieczne przejmij kontrolę.

Projekt finansowany przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię z Funduszy EOG i Funduszy Norweskich w ramach Programu Aktywni Obywatele – Fundusz Regionalny.

Iceland 
Liechtenstein
Norway **Active
citizens fund**

Pomagamy dzieciom, które doznały krzywdzenia.

Niesiemy pomoc bezpłatnie,
jednak możemy działać w ten sposób
dzięki ludziom o wielkich sercach!

Każda darowizna to realna pomoc dla dzieci:

→ **25 zł** to koszt odebrania połączenia w 116 111
telefonie zaufania dla dzieci i młodzieży.

→ **100 zł** pozwala na rozpoczęcie terapii dziecka,
które doświadczyło przemocy.

www.fdds.pl/wplac