



IO3 - Proiectează o cale de promovare a părintelui



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

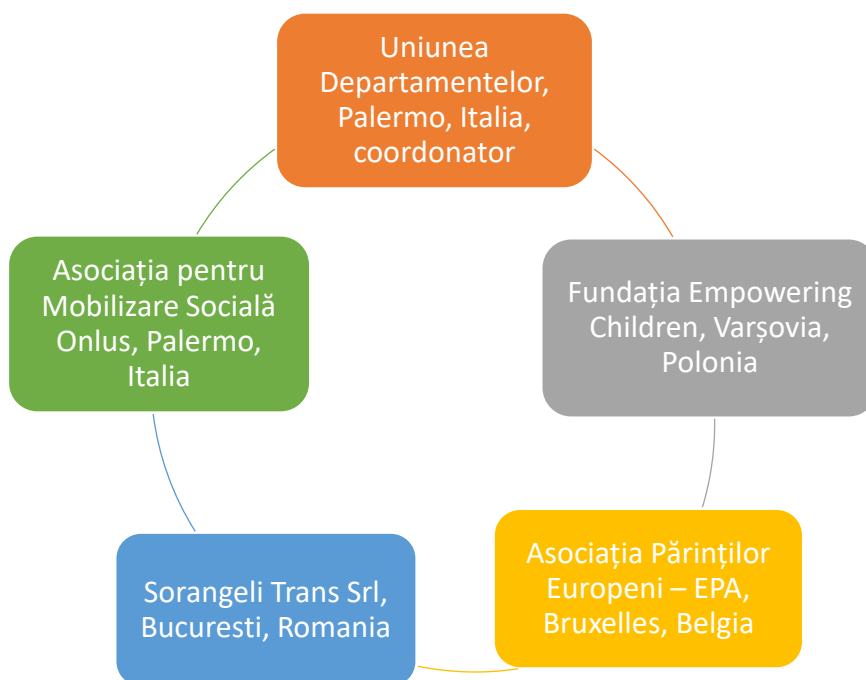
Abilități de familie 2020-1-IT02-KA204-079081
Parteneriate strategice Erasmus + pentru adulți
educație

Sprijinul Comisiei Europene pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi făcută responsabilă pentru orice utilizare care poate fi făcută a informațiilor conținute în aceasta.

Prefață

Aceste linii directoare au fost create ca parte a proiectului „Familie Skills”, un proiect Erasmus+ care își propune să sprijine familiile prin echiparea părinților și a celorlalți îngrijitori cu unele dintre abilitățile necesare pentru a deveni cei mai buni educatori și experți posibili în educația copiilor lor. Orientările sunt însoțite de o serie de lecții video și webinarii pe subiecte esențiale și ar trebui să permită furnizorilor de educație pentru adulți activi în domeniul sprijinului familial să desfășoare cursuri de formare pentru părinți și îngrijitori pe baza unui model de parenting care promovează o abordare holistică.

Materialele au fost dezvoltate de un parteneriat al următoarelor cinci organizații:



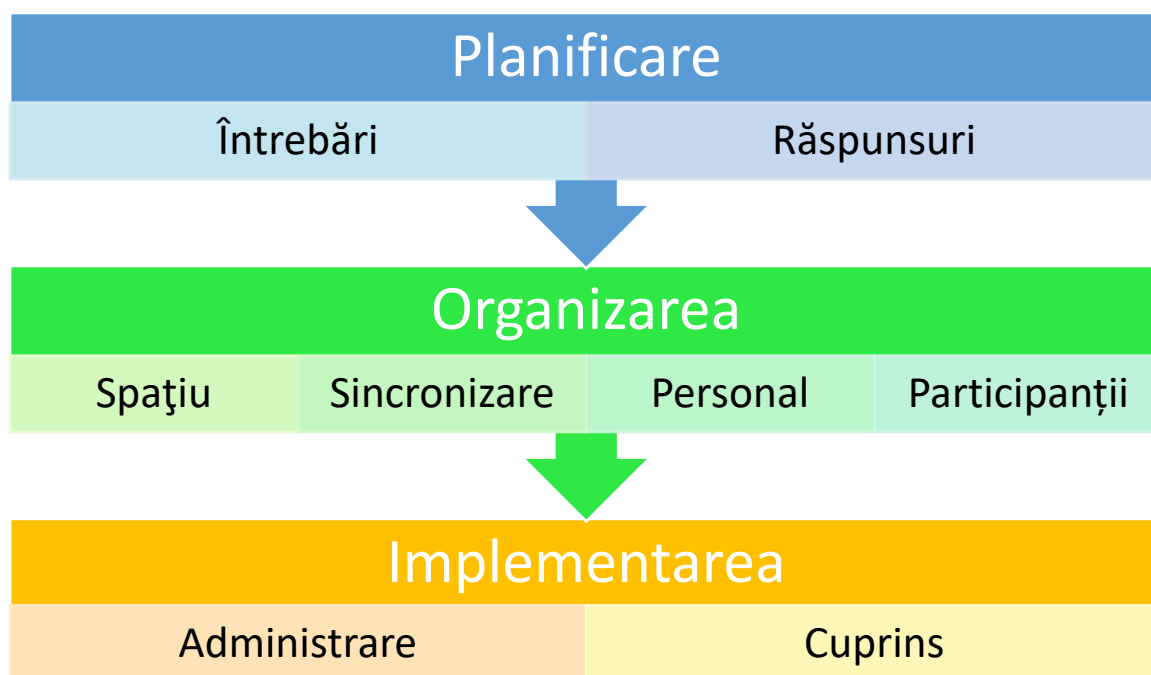
I ntroducere

Oamenii primesc pregătire pentru aproape fiecare sarcină din viață. Fie că vrei să devii profesor sau tâmplar, asistent medical sau medic, electrician sau avocat trebuie să înveți „meseria ta”, adesea prin studii lungi și/sau stagii de practică însoțite de obicei de examene mai mult sau mai puțin solicitante. Același lucru este valabil și pentru dezvoltarea ta personală atunci când înveți o limbă sau cum să conduci o mașină, există lecții de gătit și grădinarit și așa mai departe și așa mai departe. Un număr bun din aceste cursuri de pregătire sunt obligatorii, ceea ce înseamnă că nu poți exersa sarcina (de exemplu, conducerea unei mașini) dacă nu ai finalizat formarea și nu ai trecut examenul, dar pentru una dintre cele mai dificile și relevante sarcini din viață există practic nicio formare - parenting!

Dar nimeni nu vine pe lumea asta ca „părinte născut”. Există abilități, atitudini și valori care trebuie dobândite pentru a „face o treabă bună” în ceea ce s-ar putea dovedi a fi cea mai provocatoare sarcină dintre toate, educația și formarea unui copil astfel încât să devină un om fericit, echilibrat. copil și adult responsabil și ajutându-l să-și atingă potențialul maxim și unic.

Există numeroase studii care arată că părinții și îngrijitorii în primii ani au cel mai mare impact asupra dezvoltării copilului atât psihic, cât și fizic. Contrar multor credințe, această influență este încă foarte puternică chiar și dincolo de adolescență, când grupurile de colegi încep să joace un rol important. Cu toate acestea, ele nu înlocuiesc experiența familiei, ci sunt mai degrabă complementare.

În proiectul Family Skills și, prin urmare, în aceste orientări ne concentrăm totuși pe copilăria timpurie, pe copiii cu vârsta cuprinsă între 0 și 6 ani înainte de începerea școlii, și subliniem câteva puncte specifice care ar trebui luate în considerare la planificarea, organizarea și implementarea acțiunilor de sprijin parental care urmărește să permită părinților să-și împuternicească copiii în contexte diferite.



Planificare

Când planificați sesiunile de formare pentru părinți, o modalitate bună de a începe este prin a vă pune o serie de întrebări care vă vor ajuta să vă faceți o idee mai bună despre cum să le organizați și să le implementați ținând cont de contextul local specific în care vă desfășurați activitatea. și configurați liste de verificare pentru a vă asigura că tot ceea ce plănuți este făcut la timp.

Câteva sugestii cu privire la punctele care ar trebui clarificate sunt:

- ✓ Cine este mai exact grupul țintă? – Pot fi viitori părinți, părinți care lucrează, părinți aflați în concediu pentru creșterea copilului, părinți de nou-născuți, părinți de copii mici etc.
- ✓ Care este momentul cel mai potrivit? – Seara devreme sau târziu, în zilele lucrătoare sau în weekend – mult va depinde de contextul cultural (părinții din țările sudice sunt de obicei disponibili până seara târziu, în timp ce părinții din nordul Europei preferă în general seara devreme, dar sunt disponibili și sâmbăta).
- ✓ Va fi un singur eveniment sau o serie de întâlniri? – Din experiență se poate spune că părinții sunt de obicei foarte ocupați și chiar dacă intenționează să participe la mai multe întâlniri pentru un curs, de exemplu, este foarte probabil ca unii dintre participanții inițiali „să vină” în timpul cursului din cauza altor angajamente . Acest lucru este valabil chiar și pentru evenimentele unice la care se înscriu, de obicei, mai multe persoane decât participă efectiv la final. Prin urmare, este foarte recomandabil să promovați cursul în ansamblu și să oferiți un fel de certificat sau altă recompensă la sfârșit, când cineva a completat cercul complet (vezi întrebarea de motivare de mai jos) sau să oferiți sesiuni separate la care oamenii să poată participa independent și astfel încât să puteți apoi ai un nou public la fiecare sesiune.
- ✓ Vor fi acestea sesiuni în persoană, online sau hibride sau un mix?
- ✓ Unde poate avea loc?
- ✓ Cine va oferi sprijin? – alimente, echipamente
- ✓ Cum veți afla care sunt cele mai importante subiecte de abordat? – Părinții din diferite grupuri de populație pot necesita sprijin în diferite aspecte (de exemplu, probleme de sănătate, nutriție, dobândirea limbii, utilizarea mijloacelor digitale, sfaturi practice generale privind dezvoltarea copilului etc.) care poate fi verificat printr-un chestionar online înainte sau la început. a instruirii, o rundă de întrebări orale sau post-it la începutul sesiunii (notați punctele realizate sau lipiți post-it-urile pe un flipchart sau poster și reveniți la ele la sfârșitul instruirii)
- ✓ Cum vei promova antrenamentul? – În funcție de grupul țintă, va trebui să știi prin ce canale de comunicare poți ajunge cel mai bine la publicul tău. Acestea ar putea include postări pe Facebook sau o campanie pe un alt canal de socializare (grupuri WhatsApp, Viber sau Telegram), reclame în ziarul local și/sau programe locale sau regionale de radio și TV, afișe și/sau fluturași în locurile de copilărie (creșă) , grădinițe, grădinițe etc.), afișe și/sau pliante la cabinetele medicilor pediatri.
- ✓ Cum poți motiva părinții să participe? – Indiferent dacă planificați un singur eveniment sau o serie de întâlniri, eliberarea unui certificat de participare este întotdeauna utilă. Luați legătura cu biroul dvs. local sau regional responsabil de Erasmus+ și solicitați posibilitatea de a obține acreditarea cu schema de micro-acreditări, ILA-uri (Conturi individuale de învățare) sau orice altă inițiativă de învățare pe tot parcursul vieții pe care le va acorda participanților dvs. puncte într-una dintre acestea. sisteme. De asemenea, puteți colabora cu companii locale/regionale – producători de alimente pentru copii sau alte produse de îngrijire a copiilor (de exemplu, scutece, haine, jucării) – pentru a emite vouchere după finalizarea cu succes a unui curs. Crearea unui grup de social media în care părinții pot continua să vorbească și să primească îndrumări chiar și după terminarea cursului ar putea fi, de asemenea, o ofertă motivantă.
- ✓ Va exista o pre- și post-evaluare pentru a măsura impactul?
- ✓ Ce informații aveți nevoie/doriți să solicitați în formularul de înregistrare? Ce instrument vei folosi? – Formularele Google pot fi utile, dar organizația dvs. poate lucra cu un instrument diferit pentru înscrierile la cursuri, care va servi scopului de a colecta datele necesare de la participanții dvs.: prenume, nume, adresă de e-mail, sex?, organizație/școală, dacă este cazul , poate numărul, vârsta și sexul copiilor etc. Dacă plănuiți mai multe săli de lucru pe diferite

subiecte, poate doriți ca oamenii să se preînregistreze pentru a asigura o participare echilibrată pentru toată lumea.

- ✓ Cum vei organiza evaluarea evenimentului tău? – Pentru a îmbunătăți continuu cursurile, este important să colectați feedback de la participanți la sfârșitul sesiunii/cursului printr-un chestionar care poate fi tipărit pentru instruire în persoană și online pentru evenimente online sau hibride.
- ✓ Puncte suplimentare de gândit: personal, materiale etc.

Organizare

Odată ce ați făcut un plan pentru sesiunile de antrenament, ați definit publicul țintă și ați trimis invitațiile, va trebui să faceți următorii pași în organizare, pe măsură ce înregistrările (sperăm) încep să apară.

2.1 Spațiu

În funcție de decizia dvs. cu privire la formatul și numărul de persoane pe care le așteptați, va trebui să organizați sala(ele) (fie în persoană sau hibrid) și echipamentul tehnic (în special pentru evenimente online și hibride dar microfoane, proiector și ecran). va fi necesar și într-un mediu în persoană). Dacă există mult interes, poate fi necesar să împărțiți grupul în două sau trei pentru a eficientiza sesiunile, dar poate fi, de asemenea, avantajos să împărțiți grupurile în timpul antrenamentului pentru discuții mai aprofundate (vezi 3. Implementare) care la rândul său necesită mai mult spațiu.

Elemente de luat în considerare:

- ✓ săli de antrenament,
- ✓ birou de bun venit,
- ✓ echipament tehnic: videoproiector, microfon, ecran, pointer;
- ✓ articole de papetărie: cartonașe, hârtie, flipchart, markere, bandă adezivă, post-it-uri, copii ale chestionarelor de feedback, lista participanților inclusiv consimțământul pentru a face fotografiile și videoclipuri, certificate de participare etc.
- ✓ pauză(e) de cafea: cafea, ceai, băuturi răcoritoare, gustări, fructe etc.
- ✓ opțional: prânz sau recepție în rețea: catering (sandvișuri și aperitive sau nibbles, băuturi, cești, farfurii și tacâmuri) sau folosirea unei cantine .

Sincronizare

Este recomandat să limitați unitățile de antrenament la 1,5 sau 2 ore, mai ales pentru sesiunile de seară, deoarece concentrarea și implicarea publicului vor scădea dacă durează prea mult, dar dacă desfășurați un singur eveniment, probabil că veți avea nevoie de mai mult timp. În acest caz, ar putea fi convenabil să începeți mai devreme (în jurul orei 17 sau 18), să o organizați vineri după-amiază sau sâmbătă dimineața sau după-amiaza și împărțiți sesiunea în mai multe unități (1 sau 1,5 ore fiecare) cu pauze intermediare .

Personal

În afară de personalul tehnic, va trebui să gestionați sesiunile, asigurându-vă că prezentările sunt corecte și vizibile, microfoanele funcționează și difuzoarele sunt bine auzite, difuzarea funcționează în cazul unui eveniment online sau hibrid (aici va trebui să prevedeați ca cea mai mare parte a sprijinului să includă cu adevărat participanții online), poate fi necesar să implicați și formatori cu abilități diferite, care nu fac neapărat parte din personalul dvs. de bază, în funcție de subiectele pe care le veți aborda. Pentru a vă asigura că sesiunile lor se aliniază bine între ele și cu obiectivele generale de formare, o întâlnire pregătitoare, online sau personală, este foarte recomandată. Aceasta poate avea

loc ca o conversație între un trainer și organizatori sau ca o „convorbire în echipă” cu toți formatorii. Pentru configurații complexe, poate fi necesară mai mult de o întâlnire.

Participanții

Când încep să vină înregistrările, puteți include informații mai detaliate despre program pentru viitorii dvs. participanți în confirmare sau atunci când trimiteți un memento (mai ales important pentru evenimentele online care menționează platforma și repetă detaliile de conectare) care vă oferă opțiunea de a include un pre- chestionar de evaluare pentru a le permite oamenilor să-și autoevalueze abilitățile (folosind instrumentul de evaluare care a fost dezvoltat ca IO2 ca parte a acestui proiect) și să vă ajute să descoperiți domeniile cu cea mai mare nevoie de formare pe care apoi le puteți aborda mai bine în timpul cursurilor. O altă modalitate de a afla ce subiecte sunt cele mai importante de acoperit poate fi un simplu sondaj prin care să-i întrebe părinții în ce domenii ar dori să se antreneze, deoarece persoanele din diferite grupuri de populație pot necesita sprijin în diferite aspecte (de exemplu, probleme de sănătate, nutriție, dobândirea limbii, utilizarea media digitală, sfaturi practice generale privind dezvoltarea copiilor etc.) care pot fi verificate printr-un instrument online înainte sau la începutul instruirii, o rundă de întrebări orale sau post-it-uri la începutul sesiunii (reținând puncte sau prin lipirea notițelor post-it pe un flipchart sau poster și revenirea la acestea la sfârșitul antrenamentului).

Implementarea

Acum că pregătirile dumneavoastră sunt finalizate, personalul și formatorii dumneavoastră sunt gata să înceapă și participanții dumneavoastră sosesc, ați intrat în faza de implementare pe care o vom împărți aici în două părți principale: administrație și conținut.

Administrație

a) Lista participanților:

Pentru urmarirea sesiunilor de instruire este necesara documentarea cine a participat la training printr-o lista de participanti, intocmita de organizatori pe baza inregistrarilor, pe care participantii trebuie sa o semneze la receptie daca faceti un training personal. .

Pentru sesiunile online, puteți face o captură de ecran a listei de participanți furnizată de instrumentul de conferință pe care îl utilizați și puteți face și câteva capturi de ecran în timpul întâlnirii. Dacă numărul și/sau numele diferă semnificativ de înregistrare, poate doriți să sunați pentru a afla cine este de fapt prezent la antrenament.

Pentru întâlniri hibride veți avea nevoie de ambele.

Pot fi incluși participanți suplimentari care nu s-au înscris online (dacă sunt suficiente locuri disponibile) completând detaliile necesare într-o versiune tipărită a formularului de înregistrare.

În cazul unui curs care constă din mai multe sesiuni de formare, puteți avea o nouă listă de participanți pentru fiecare zi/sesiune sau puteți furniza un tabel care include diferitele date la care oamenii se pot înscrie pentru fiecare zi.

b) Certificate de participare:

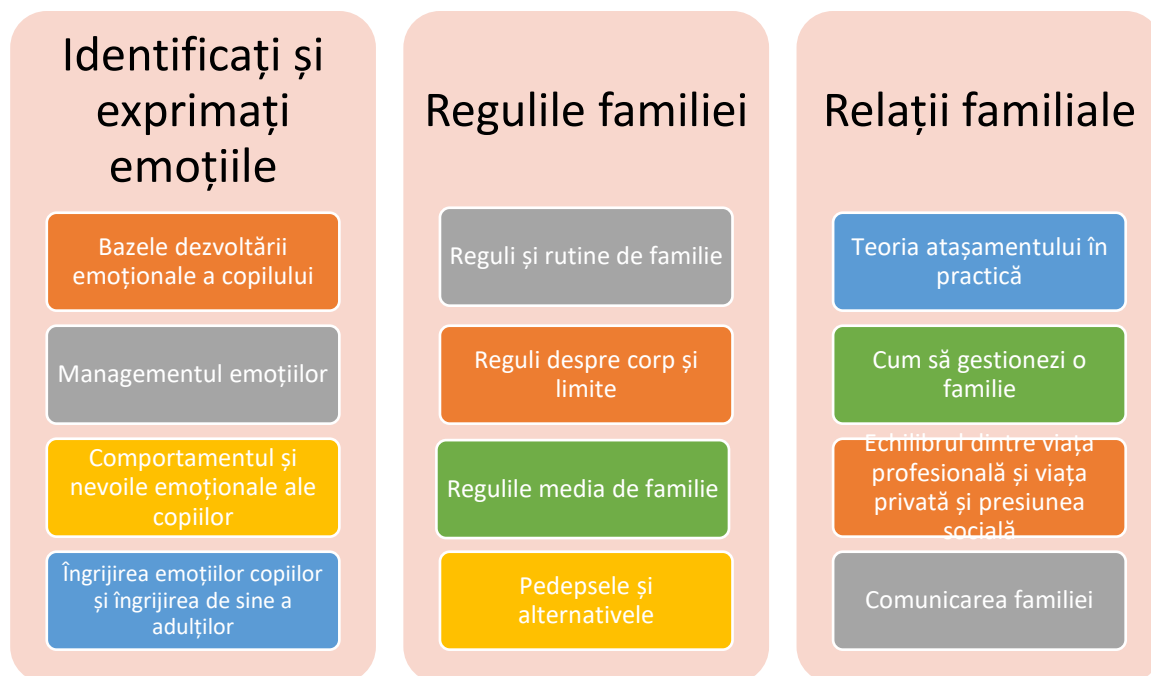
Certificatele de participare pot fi eliberate la sfârșitul fiecărei sesiuni sau pentru întregul curs la sfârșitul ultimei sesiuni. Pentru evenimentele online sau participanții online la evenimente hibride, certificatele trebuie trimise prin e-mail. Acestea trebuie să conțină numele complet al participantului și să fie semnate de către trainer/organizator.

c) Fișe de evaluare:

Pentru a îmbunătăți continuu cursurile de formare, este important să colectați feedback de la participanți la sfârșitul sesiunii/cursului printr-un chestionar care poate fi distribuit în formă tipărită în timpul instruirilor în persoană sau furnizat în format online pentru online sau evenimente hibride.

Conținut

Pentru a defini domeniile care ar trebui acoperite de programul de formare a fost elaborat la începutul proiectului un chestionar care a fost înaintat la aproximativ 500 de părinți din diferite țări partenere, iar răspunsurile acestora au permis stabilirea unei liste de priorități care ar trebui acoperite.



Întrucât contextele familiale sunt foarte diferite de la o familie la alta, unul dintre cele mai importante puncte de reținut este că nu poate exista o abordare „unică pentru toate” în ceea ce privește sprijinul și formarea, ci recunoașterea faptului că fiecare părinte are propriile sale unice. stilul parental, care trebuie pus în valoare. În următoarele două subcapitole veți găsi câteva informații despre stilurile parentale și comunicarea pe care le puteți găsi utile.

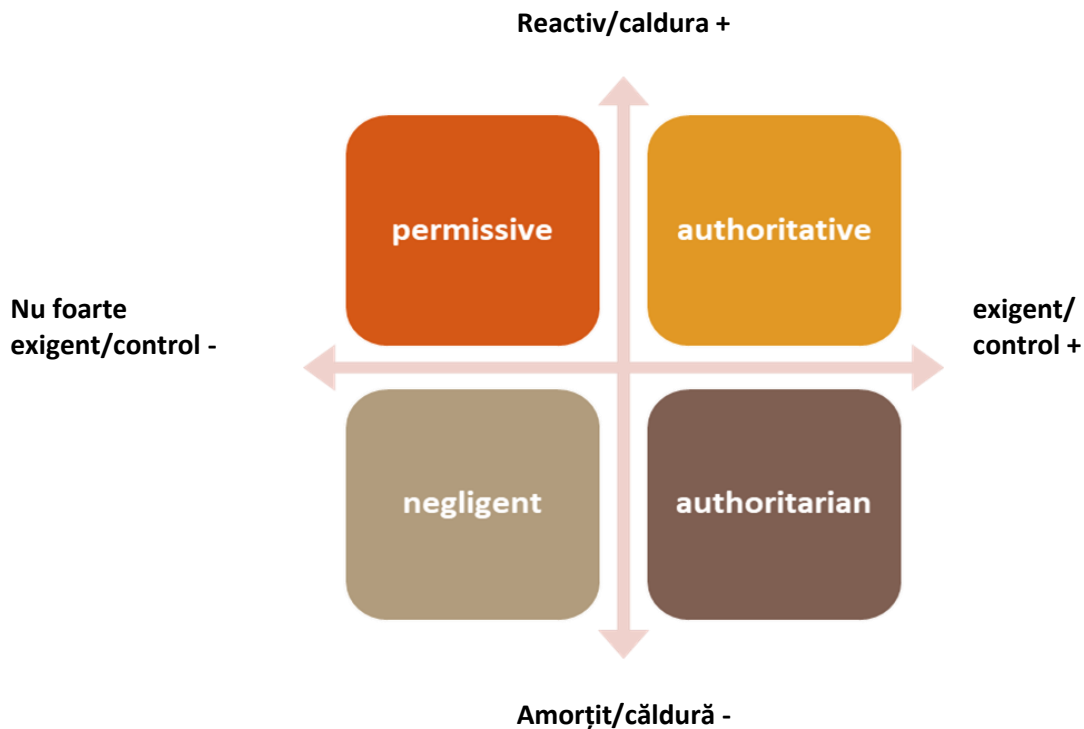
Stiluri parentale

Stilurile parentale sunt definite ca o serie de modele de caracteristici de interacțiune a părinților cu copilul, Diane Baumrind a dezvoltat un model de trei stiluri parentale principale în anii 1960, ¹care a fost completat de un al patrulea stil parental de către Martin și Maccoby în 1973, ²observând modele generale de caracteristicile de interacțiune parentală cu copilul, luând în considerare dimensiunile controlului parental (de exemplu, supraveghere, solicitare și reguli stabilite) și căldura parentală (de exemplu, receptivitate, sprijin) care pot fi privite în felul următor:

¹ Baumrind, D. (1967). Practici de îngrijire a copilului care preced trei modele de comportament preșcolar. Monografii de psihologie genetică, 75(1), 43-88 inițial:

Baumrind, D. (1966). Efectele controlului parental autoritar asupra comportamentului copilului, Child Development, 37(4), 887-907

²Maccoby, Statele Unite; Martin, J. A. (1983). „Socializarea în contextul familiei: interacțiunea părinte-copil”. În Mussen, P.H.; Hetherington, E. M. (Ed.). Manual de psihologie a copilului, vol. 4: Dezvoltare socială. New York: John Wiley and Sons. pp. 1–101



Aceste strategii standard de parenting sunt în mod evident constructe teoretice și în viața de zi cu zi există cu siguranță suprapuneri, deoarece nu toți părinții acționează întotdeauna după același model. Modelul ar trebui apoi folosit pentru a consolida reflecția asupra propriilor practici: care sunt comportamentele specifice care pot fi observate și clasificate.

Următoarele descrieri menționează caracteristicile generale ale fiecărui stil:

părintelui **permisiv sau indulgent** să se comporte într-o manieră nepunitivă, acceptabilă și afirmativă față de impulsurile, dorințele și acțiunile copilului. Se consultă cu copilul asupra deciziilor politice și dau explicații pentru regulile familiei. Ei fac puține cereri de responsabilitate domestică și comportament ordonat. Ele se prezintă copilului ca o resursă de folosit după cum dorește, nu ca un ideal de emulat și nici ca un agent activ responsabil cu modelarea sau modificarea comportamentului său actual sau viitor. Ele permit copilului să-și regleze propriile activități. Pe cât posibil, evitați exercitarea controlului și nu-l încurajați să se supună standardelor definite extern. Ei încearcă să folosească rațiunea și manipularea, dar nu puterea fățișă pentru a-și atinge scopurile (vezi Baumrind, 1966, p. 889).

Încercarea părintelui autoritar de a modela, controla și evalua comportamentul și atitudinile copilului conform unui standard de conduită stabilit, de obicei un standard absolut, motivat teologic și formulat de o autoritate superioară. Acești părinți prețuiesc ascultarea ca pe o virtute și favorizează măsurile punitive și puternice pentru a-și restrânge voința în punctele în care acțiunile sau convingerile copilului sunt în conflict cu ceea ce ei consideră că este o conduită corectă. Ei cred în menținerea copilului la locul lui, limitarea autonomiei acestuia și atribuirea responsabilităților casnice pentru a înculca respectul pentru muncă. Ei văd păstrarea ordinii și structurii tradiționale ca un scop în sine foarte apreciat. Ei nu încurajează a da și a lua verbal, crezând că copilul ar trebui să-și accepte cuvântul pentru ceea ce este corect (vezi Baumrind, 1966, p. 890).

Neglijenți, neglijenți sau neimplicați sunt adesea absenți din punct de vedere emoțional sau fizic. Au puține așteptări sau deloc de la copil și nu comunică în mod regulat. Ei nu răspund la nevoile copilului și au puține așteptări comportamentale sau deloc. Dacă sunt prezente, ele pot oferi copilului ceea ce are nevoie pentru a supraviețui cu puțin sau deloc efort. Se pare ³că există o relație destul de îndepărtată între părinți și copii cu acest stil parental. Copiii cu comunicare redusă sau deloc cu părinții tind să fie victimizați de alți copii și pot prezenta ei înșiși un comportament deviant. ⁴Copiii părinților neimplicați suferă adesea de lipsă de competență socială, performanță școlară slabă, dezvoltare psihosocială inadecvată și comportament problematic.

Inercarea autoritara a parintelui de a dirija activitățile copilului dar într-un mod rational și orientat către probleme. Acești părinți încurajează darea și primirea verbală, împărtășesc copilului raționamentul din spatele politicii lor și îi solicită obiecțiile atunci când refuză să se conformeze. Sunt apreciate atât persistența autonomă, cât și conformitatea disciplinată. Prin urmare, ei exercită un control ferm asupra punctelor de divergență părinte-copil, dar nu forțează copilul cu restricții. Ei își întăresc perspectiva ca adult, dar recunosc interesele individuale și modalitățile speciale ale copilului. Părintele cu autoritate afirmă calitățile prezente ale copilului, dar stabilește și standarde pentru conduita viitoare. Ea/El folosește rațiunea, puterea și antrenamentul și întărirea regimului pentru a-și atinge obiectivele și nu își bazează deciziile pe consensul de grup sau pe dorințele copilului individual, dar nici nu se consideră infailibili sau inspirați divin.

În literatura mai recentă, se pot întâlni și expresii noi, cum ar fi „părinții tigru”, cel mai adesea aplicate în relație cu părinții din Asia de Est despre care se spune că își ⁵împing copiii enorm pentru succesul școlar, sau părinții „tunsi iarba”. se referă la mamele și/sau tații care îndepărtează orice obstacol (posibil) pentru copiii lor. Termenul „părinți elicopter” este folosit pentru a se referi la părinții care sunt foarte îngrijorați și, prin urmare, exercită un control extrem asupra copiilor lor, dar este posibil să se încadreze toate acestea - și probabil mai multe și noi confesiuni în evoluție - în schema de mai sus, ținând cont de cantitatea de control și/sau căldură și gradul de reactivitate și cerere care le caracterizează pe fiecare dintre ele.

Stiluri de comunicare

Când vă uitați la modul în care părinții comunică cu copiii lor, probabil veți observa că există o legătură strânsă între stilurile parentale și stilurile de comunicare, așa cum vom arăta puțin mai târziu într-un grafic, dar mai întâi să definim ce înțelegem prin comunicare. Pe cât posibil, de fapt, distingeți patru dimensiuni sau forme diferite de comunicare, dintre care unele s-ar putea să le cunoașteți foarte mult, altele pe care este posibil să nu le fi luat în considerare:

³Brown, Lola; Iyengar, Shrinidhi (2008). „Stilurile parentale: impactul asupra performanței elevilor.” *Revizuirea căsătoriei și a familiei*. **43** (1–2): 14–38

⁴Finkelhor, D.; Ormrod, R.; Turner, H.; Holt, M. (noiembrie 2009). „[Căile către poli-victimizare](#)” (PDF). *Abuz asupra copilului*. **14** (4):316–29 .

⁵Hong Kong, Singapore, Coreea de Sud și Taiwan au fost numite Patru **Tigri Asiatice** (cunoscuți și ca **Patru Dragoni Asiatice** sau **Patru Dragoni Mici** în chineză și coreeană, datorită creșterii economice puternice dintre anii 1960 și 1990 (vezi https://en.wikipedia.org/wiki/Quattro_tigri_asiatice.)

Minute

- înseamnă folosirea cuvintelor, a limbajului pentru a se exprima în formă vorbită sau scrisă

Nu verbal

- se referă la mimetism (expresia facială), gesturi, ipostaze și moduri de a privi

Paraverbal

- ia în considerare tonul vocii și volumul (întal, întal etc.)

Extraverbal

- se referă la toți ceilalți factori care pot influența o interacțiune: lumina, alte voci sau sunete, temperatura etc.

Vă rugăm să rețineți: limbajul semnelor aparține dimensiunii verbale chiar dacă folosește gesturi, deoarece acestea se bazează pe cuvinte și o structură gramaticală.

Prin urmare, într-o situație de comunicare nu contează doar cuvintele tale - CE spui, ci de foarte multe ori și mai mult modul - CUM îl exprimi. Când cele două aspecte nu coincid, trimiți un mesaj confuz care poate duce la neînțelegeri și conflicte.

Acest lucru se poate agrava chiar dacă una sau mai multe dintre următoarele maxime conversaționale (adaptate din Grice 1989) nu sunt respectate:

- a) Maximum de Mod => claritate
 - Fără ambiguitate în mesaj
 - Fii clar pentru a ajuta la înțelegerea sensului
- b) Maxim de relație => relevanță
 - A face mesajul relevant pentru destinatar va crește acceptarea.
- c) Maxima de calitate => valabilitate
 - Trebuie transmise numai informații valide
 - fii sincer
- d) Maxim de cantitate => informativ și promptitudine (adaptare)
 - Găsiți momentul potrivit
 - Fii informativ

Ad a) **Fii perspicu** [clar].

Există diverse maxime de mod suplimentare (uneori numite submaxime), care se bazează pe acest supermaxim. Grice enumeră patru specifice în lucrarea sa originală ⁶:

Evitați obscuritatea expresiei. Evitați limbajul greu de înțeles, adică pentru că conține cuvinte pe care ascultătorul nu le cunoaște.

Evita ambiguitatea. Evitați limbajul ambiguu care poate fi interpretat în mai multe moduri și, prin urmare, face dificil pentru destinatar să înțeleagă exact ceea ce încercați să spuneți.

Ține-l pe scurt. Furnizați informații într-un mod concis, care să permită destinatarului să se concentreze asupra detaliilor cheie.

Fii ordonat. Furnizați informațiile într-o ordine care are sens și facilitează procesarea de către destinatar.

Ad b) **Fii relevant**. Asigurați-vă că toate informațiile pe care le furnizați sunt relevante pentru schimbul în cauză; omite informații irelevante.

Ad c) Încercați să aduceți **o contribuție reală**.

În plus, pe baza acestui supermaxim, există două maxime de calitate mai specifice (uneori denumite submaxime):

Nu spune ceea ce crezi că este fals. Evitați să furnizați informații despre care credeți că ar putea fi incorecte, cu excepția cazului în care există un motiv întemeiat pentru a face acest lucru. Dacă alegeți să îl includeți, vă rugăm să furnizați o clauză de declinare a răspunderii care vă evidențiază preocupările cu privire la aceste informații.

Nu spune pentru ce îți lipsesc dovezile. Evitați să includeți informații pe care nu le puteți susține cu dovezi justificative. Dacă alegeți să includeți aceste informații dintr-un motiv oarecare, vă rugăm să furnizați o declarație de declinare a răspunderii care să vă evidențieze preocupările

Anunț d) Aduceți contribuția dvs. **la fel de informativă așa cum ați solicitat**. Furnizați toate informațiile necesare schimbului în curs de desfășurare; Nu omite nimic important.

Alegerea momentului potrivit pentru intervenția dumneavoastră nu ține de principiile lui Grice, dar este foarte importantă mai ales atunci când aveți de-a face cu copiii.

Acest lucru ne aduce la diferitele stiluri de comunicare. După cum am văzut în ceea ce privește educația parentală, există și patru modele principale care pot fi distinse:

Comunicarea pasivă: se caracterizează prin

- ✓ dificultăți de a face contact vizual

⁶Grice, Paul (1989): Studii pe calea cuvintelor.

- ✓ incapacitatea de a spune „nu”
- ✓ au o postură proastă
- ✓ afișând o atitudine „mergi cu fluxul”.

Comunicarea agresivă, în schimb, poate include următoarele:

- ✓ Vorbind despre alți oameni
- ✓ Întrerupeți frecvent, săraci ascultători
- ✓ Controlant sau exigent
- ✓ A arăta cu degetul
- ✓ Privind și uitându-se cu atenție
- ✓ Încruntat
- ✓ Criticați, intimidați sau amenințați pe alții

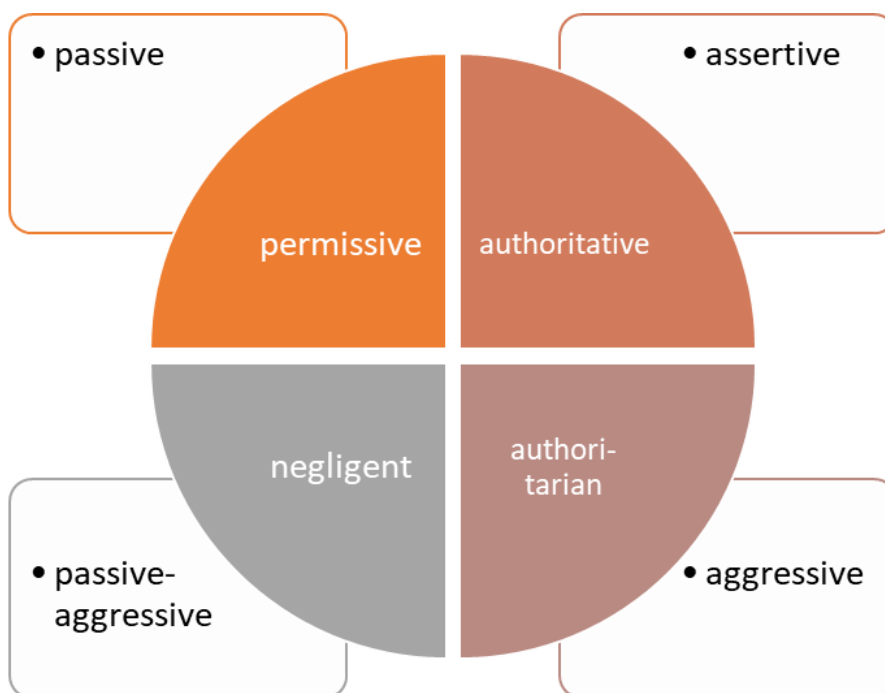
Comunicarea pasiv-agresivă este un compus din cele de mai sus și înseamnă:

- ✓ fii adesea sarcastic
- ✓ cuvintele nu se potrivesc cu acțiunile
- ✓ expresiile faciale nu se potrivesc cu cuvintele
- ✓ au dificultăți în a recunoaște emoțiile

Comunicatori asertivi

- ✓ Sunt capabil să-mi exprim dorințele și nevoile cu încredere
- ✓ încurajează conversații echilibrate în care ambele persoane au șansa de a vorbi
- ✓ folosiți afirmații la persoana întâi (de exemplu, mă simt frustrat când...)
- ✓ ei știu să spună nu
- ✓ menține un contact vizual bun

După cum probabil ați ghicit deja, acest ultim stil este promovat pe scară largă pentru a fi utilizat în interacțiunea dintre părinți și copii, dar, așa cum este adevărat în cazul stilurilor parentale, este posibil să nu utilizați întotdeauna același stil în fiecare situație sau cu fiecare interlocutor (persoana cu care comunicați). Poate folosești un stil mai agresiv când ești supărat de ceva și unul mai pasiv când ești obosit. Acum puteți vedea cum aceste patru stiluri de comunicare se leagă bine cu cele patru stiluri parentale pe care tocmai le-am analizat acum un moment. Le putem asocia în felul următor:



Împreună, ei descriu interacțiunile din cadrul unei familii și oferă recomandări pentru îmbunătățire, deoarece combinația preferată este un stil de părinte cu autoritate și o comunicare asertivă.

Identificați și exprimați emoțiile .

Principalele întrebări la care se va răspunde în acest modul sunt:

- De ce copiii nu mai sunt iubitori și complianți dacă sunt certați?
- Cum să facă față crizelor de furie și atacurilor lor de furie?
- Cum să se acorde cu emoțiile lor
- Cum să ne gestionăm sentimentele de vinovăție și să ne simțim totuși ca niște părinți buni dacă adesea nu vrem să fim cu copiii noștri și să facem altceva.

Experiențele pozitive din copilărie sunt importante pentru dezvoltarea unui creier sănătos; în timp ce experiențele negative pot avea efecte devastatoare, ducând la probleme grave de sănătate în viața adultă ⁷. Aceste experiențe sunt strâns legate de dezvoltarea emoțională și relațiile sociale care se stabilesc între copil și mediul său încă de la o vârstă fragedă.

Potrivit psihologului american Paul Ekman putem distinge între două seturi de emoții: emoțiile primare și cele secundare, deși nu toți oamenii de știință sunt total de acord asupra următoarei diviziuni și uneori văd anumite emoții în celălalt domeniu sau într-o combinație diferită. Există, totuși, un consens larg cu privire la ideea generală a emoțiilor înnăscute versus învățate.

Emoțiile primare sunt înnăscute, universale, prezente în fiecare ființă umană, în fiecare timp, în fiecare cultură, indiferent de loc și includ:

- ✓ Furie
- ✓ Frică
- ✓ Tristețe
- ✓ Fericire
- ✓ Dezgust
- ✓ Surprinde

Emoțiile secundare sunt emoții învățate și derivă din cele primare sau sunt o combinație a acestora. Ei includ:

- ✓ Gelozie
- ✓ Dispreț
- ✓ Rușine
- ✓ Jenă
- ✓ Invidie
- ✓ Mândrie

Primii 3-4 ani din viața unui copil sunt cruciali pentru dezvoltarea emoțiilor lui. Este un proces în care factorii biologici, dar și experiențele psihologice, de mediu și relaționale joacă un rol. Acestea din urmă sunt dobândite treptat: mai întâi prin interacțiune și schimb cu persoana cu care copilul interacționează cel mai mult (de obicei mama și/sau tatăl, dar ar putea fi și un alt membru al familiei sau îngrijitor). Aceste experiențe emoționale vor fi incluse în rețelele nervoase ale structurii creierului și vor influența viitoarele răspunsuri emoționale ale copilului. Din sistemul de relații și experiențele emoționale dobândite prin intermediul acestora, copilul își va dezvolta propriile modele de comportament. Relațiile sociale externe se vor dezvolta din momentul în care copilul începe să părăsească acest cerc familial intern – având o dădacă, intrând într-o creșă sau într-un cadru ECEC cu educatori pentru copilărie și alt personal educațional, dar și cu colegii.

⁷Campania *First Years First Priority* condusă de Eurochild cu parteneri EPHA (Agenția Europeană de Sănătate Publică), ISSA (Asociația Internațională Step by Step) și REF (Fondul pentru Educație din Roma), care își propune să asigure un început corect în viață pentru fiecare copil din Europa. , evidențiază dovezile copleșitoare din neuroștiință despre importanța **experiențelor pozitive ale copilăriei timpurii pentru dezvoltarea sănătoasă a creierului** și efectele devastatoare ale celor negative care duc la probleme grave de sănătate în viața adultă.

Copiii din această etapă vor învăța multe prin imitație, prin repetarea acțiunilor pe care ei înșiși le experimentează cu ceilalți, fie că este vorba despre empatie sau frustrare. Dacă apar experiențe adverse, precum conflictul, lipsa de îngrijire, stresul sau abuzul, acestea vor avea un impact negativ asupra dezvoltării emoționale a copilului, suprad dezvoltând secțiunile de frică și anxietate în detrimentul celorlalți precum fericirea și bunăstarea.

Regulile familiei

Reguli și rutine de familie

Fiecare familie are anumite tradiții și moduri de a face lucrurile cu care creștem ca fiind „corect” sau „acceptabil”. Deja atunci când ne părăsim familiile și începem o relație cu o altă persoană, aceste obiceiuri pot fi puse la îndoială, deoarece partenerul poate fi obișnuit să facă lucrurile diferit și vor trebui făcute niște aranjamente noi. Atunci când un copil se naște într-o astfel de uniune, ambii părinți își vor aminti tradițiile copilăriei și, în general, vor avea tendința de a-i vedea „buni” și „normali” și vor dori să le aplice pentru propriii copii. Dacă perspectivele diferă foarte mult, acest lucru poate duce nu numai la un conflict între parteneri, ci poate transmite copilului un mesaj foarte confuz, care poate avea diverse rezultate negative, cum ar fi înfruntarea părinților unul împotriva celuilalt, de exemplu să ceară mereu să dea. permisiunea părintelui mai permisiv dacă aceasta crește probabilitatea de a obține permisiunea sau de a face o criză de furie în speranța că unul dintre ei va ceda etc.

Prin urmare, este o idee bună să vă gândiți la posibilele scenarii înainte ca acestea să apară și să convineți asupra unei strategii comune pentru modul de a gestiona diferite situații.

Pe măsură ce copiii cresc, ei ar trebui să fie incluși treptat în stabilirea regulilor de familie. Acest proces poate începe foarte devreme - în jurul vârstei de doi ani - pentru situații care îi privesc în mod direct (de exemplu ritualuri de culcare și de culcare, obiceiuri alimentare, aranjarea camerei etc.), deoarece co-crearea va conduce pe de o parte. la o mai bună acceptare prin identificarea cu regulile și, pe de altă parte, creșterea stimei de sine asumându-și o anumită responsabilitate și experimentându-se ca parteneri de încredere. Pentru ca acest sistem să funcționeze, consecințele trebuie să fie clar evidențiate și expuse într-un mod adecvat vârstei, astfel încât copiii să poată înțelege implicațiile.

La rândul lor, copiii se vor obișnui încet să reflecteze asupra acțiunilor și intențiilor lor și să le relaționeze cu acordurile pe care le-au încheiat.

Reguli despre corpuri și limite

În această secțiune încrederea joacă un rol decisiv și copiii ar trebui să fie conștienți de la o vârstă fragedă care sunt adulții de încredere la care să apeleze dacă cineva încearcă sau chiar depășește granițele care au fost explicate în familie. Acest lucru este valabil mai ales în ceea ce privește prevenirea abuzului sexual care necesită o educație sexuală și emoțională solidă încă de la o vârstă fragedă, adaptată vârstei și nevoilor copiilor și condusă într-o manieră respectuoasă și într-un climat deschis care să-i hrănească și să îi liniștească, pornind de la denumirea. toate părțile corpului cu numele lor corecte și fără jenă, chiar și părțile intime – fese, vulva, penis etc. – în loc de o poreclă drăguță (sau nu atât de drăguță) care le spune copiilor chiar de la început că există ceva ciudat sau rușinos în aceste părți ale corpului lor.

Este important ca părinții să cunoască diferitele etape ale dezvoltării copilului lor și cum să-l însoțească în descoperirea propriului corp și a funcțiilor acestuia. Următorul tabel rezumă principalele puncte pentru copiii cu vârsta cuprinsă între 0 și 6 ani și a fost adaptat în conformitate cu publicațiile Organizației Mondiale a Sănătății⁸.

Vârstă	informație	aptitudini	atitudini
--------	------------	------------	-----------

⁸Organizația Mondială a Sănătății. (2010). Biroul regional al OMS pentru Europa și BZGA-Standarde pentru educația sexuală în Europa: un cadru pentru factorii de decizie, autoritățile din domeniul educației și sănătății și specialiștii. Köln: Centrul Federal pentru Educație pentru Sănătate

Interval de vârstă 0-4	<ul style="list-style-type: none"> • Descoperirea corpului și a organelor genitale • Faptul că a te bucura de apropierea fizică este o parte normală a vieții tuturor • Plăcere și plăcere atunci când vă atingeți corpul • Dacă experiența/sentimentul nu este bun, nu trebuie să te supui mereu 	<ul style="list-style-type: none"> • Copiii ar trebui să numească părți ale corpului (inclusiv organele genitale) și să recunoască diferențele dintre corp • Copiii pot practica igiena (spăla fiecare parte a corpului) • Copiii ar trebui să poată exprima nevoile și dorințele • Copiii ar trebui să distingă experiențele pozitive și negative de corpurile lor (și să vorbească despre asta!) 	<ul style="list-style-type: none"> • Promovarea unei imagini pozitive a corpului și a sinelui: stima de sine a copiilor • Învățarea atitudinii „corpul meu îmi aparține” • Fă-i conștienți că este în regulă să ceri ajutor
Interval de vârstă 5-6	<ul style="list-style-type: none"> • Diferențele de vârstă în corpuri și dezvoltare • Limbajul sexual adecvat • Concepte diferite ale unei familii • Abuz: părți intime, secrete proaste și pe care adulții le pot strica și greși 	<ul style="list-style-type: none"> • Copiii ar trebui să recunoască nevoia lor de intimitate și a celorlalți • Copiii pot vorbi despre diferențe • Copiii ar trebui să pună întrebări despre sexualitate • Copiii ar trebui să apeleze la cineva (adult) în care au încredere în caz de dificultate 	<ul style="list-style-type: none"> • Promovați respectul pentru diferențe: unii oameni au copii, alții nu; unii oameni au două mame; etc. • Învățarea atitudinii că au de ales, pot decide • Fă-i conștienți de riscuri (dar nu-i speria)

Puteți găsi informații pentru grupele de vârstă 6 – 9, 9 – 12 ani și mai sus în publicația menționată în nota de subsol.

Pentru mulți părinți, îngrijitori dar și educatori, sexualitatea este un subiect foarte delicat datorită creșterii lor, contextului cultural în care trăiesc sau pur și simplu obiceiurilor tradiționale. Poate exista o mulțime de ezitare sau chiar rezistență la a vorbi despre părți private ale corpului sau despre orice este legat de intimitate. Următoarele materiale pot fi utile pentru a depăși aceste obstacole și pentru a le permite adulților să abordeze acest subiect important cu copiii în mod corespunzător:

De la Consiliul European: „ Kiko și mâna” – predarea regulii lenjeriei de corp www.coe.int/kiko

Cartea de culcare pentru copii: <https://rm.coe.int/09000016806b068b>

Ghid pentru părinți: <https://rm.coe.int/09000016806b06be>

Manual pentru profesori și formatori de profesori: <https://rm.coe.int/0900001680a07827>

Carte de colorat și joc pentru copii: <https://rm.coe.int/0900001680a69fdc>

Din drepturile copilului SUS! Proiect Erasmus+ : <https://childrensrighsup.eu/>

site- ul australian Părinte :

<https://raisingchildren.net.au/school-age/development/sexual-development/sex-education-children>

- [0-2 ani: ce să spun despre sex, sexualitate și corpuri](#)
- [2-3 ani: ce să spun despre sex, sexualitate și corpuri](#)
- [4-5 ani: ce să spun despre sex, sexualitate și corpuri](#)

Regulile media de familie

Când vorbim despre mass-media în zilele noastre, aproape niciodată nu mai luăm în considerare media scrisă, cum ar fi ziarele, deoarece modul în care consumăm media s-a schimbat dramatic în ultimele două decenii. Acest lucru este valabil mai ales pentru tinerii pentru care mass-media include acum și canale moderne de

comunicare precum WhatsApp, Viber, Telegram sau altele, deoarece informațiile partajate acolo prin grupuri de chat sau reclame fac parte din modul lor de a oferi cunoștințe/informații.

Deoarece proiectul Competențe în familie se concentrează în principal pe copiii cu vârsta între 0-6 ani care în mod normal nu pot citi încă, în acest capitol ne vom concentra pe utilizarea ecranelor mai degrabă decât a media în general, dar mai multe informații pentru părinții cu copii mai mari sunt disponibile în Media Literacy . pentru Parents Project Parent Guide la <http://meli4parents.eu/results> în 6 limbi [EN](#) / [EL](#) / [PL](#) / [IT](#) / [BG](#) / [FR](#), în special în capitolul despre regulile de timp din fața ecranului.

Una dintre cele mai vechi recomandări pentru regulile de timp pe ecran a fost stabilită în anii 1970 de Academia Americană de Pediatrie, care la acea vreme devenise foarte preocupată de vizionarea excesivă a televizorului de către copii. Versiunile lor actualizate pot fi găsite pe site-ul lor:

<https://www.aap.org/en/patient-care/media-and-children/policies-on-children-and-media/> și pentru copiii cu vârsta între 0 și 6 ani recomanda următoarele:

Copii sub 2 ani: fără ecrane, cu excepția apelurilor video cu rude îndepărtate

Pentru a-și dezvolta abilitățile cognitive, motorii, lingvistice și socio-emoționale, copiii din această grupă de vârstă au nevoie de interacțiune live cu părinții sau alți îngrijitori de încredere și experiențe practice. Aceste interacțiuni nu pot fi înlocuite cu utilizarea mijloacelor digitale, deoarece capacitatea copiilor de a aplica cunoștințele digitale în lumea reală este extrem de limitată. Studiile au arătat că copiii de până la 15 luni pot învăța din programele media digitale atunci când le vizionează împreună cu îngrijitorii lor și repetă/exersează conținutul offline cu ei ⁹.

Copii cu vârsta cuprinsă între 3 și 5 ani: max 1 oră pe zi

Studii recente au arătat însă că o creștere a IMC (indicele de masă corporală) poate fi deja observată la copiii care folosesc mediile digitale în mod pasiv timp de 1 oră pe săptămână, creând terenul pentru viitorul risc de obezitate. Nota de 1 oră/zi este valabilă și pentru programele educaționale de înaltă calitate create special pentru o anumită vârstă. Din păcate, există multe oferte disponibile care nu îndeplinesc aceste criterii. AAP subliniază că „gândirea de ordin superior și abilitățile executive esențiale pentru succesul academic, cum ar fi persistența sarcinilor, controlul impulsurilor, reglarea emoțiilor și gândirea creativă și flexibilă sunt cel mai bine învățate prin intermediul jocurilor nestructurate și sociale (non-digitale). ca interacțiuni receptive părinte-copil ¹⁰. ”

https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Children-And-Watching-TV-054.aspx

Părinții ca modele de urmat

Părinții trebuie să fie conștienți de faptul că ei sunt cele mai mari modele ale copiilor lor și că comportamentul lor are cel mai puternic impact chiar și asupra copiilor sau adolescenților mai mari. Prin urmare, ar trebui să se gândească cu tărie la utilizarea individuală a telefoanelor mobile sau a altor dispozitive digitale și analogice (și televizorul contează!) și să nu creadă că acest lucru trece neobservat, mai ales de copiii mici. Studiile arată că utilizarea grea personală merge mână în mână cu interacțiunea părinte-copil redusă (atât verbală, cât și nonverbală) și poate fi o sursă de conflict crescut între generații.

Introducerea și respectarea zonelor fără ecran (de exemplu, dormitoare, sufragerie) și a orelor (orele de masă, timpul de joacă, chiar înainte de culcare etc.) poate fi un bun început pe lângă planificarea activităților de familie offline (angajarea în activități care promovează un stil de viață sănătos). : lectură copiilor, conversații, plimbări, jocuri acasă și în aer liber etc.).

Modul în care părinții se comportă în timp ce sunt online este, de asemenea, un indiciu important pentru viitorul respect al copiilor pentru netichetă: bune maniere online, cum ar fi salutări corecte, folosirea cuvintelor complete și a unui limbaj adecvat, fără distribuirea de conținut violent, discriminatoriu sau dăunător în alt mod. O altă problemă frecventă care trebuie abordată este **Sharentingul**, care este pe cale

⁹Zack E, Gerhardstein P, Meltzoff AN, Barr R. Transfer of 15-month-old children's learning between touch screens and real-world displays: linguistic cues and cognitive loads. *Scand J Psychol.* 2013;54(1):20–25

¹⁰CONSILIUL AAP PENTRU COMUNICAȚII ȘI MEDIA. Mass-media și minți tinere. *Pediatrie.* 2016; 138(5):e20162591

să posteze fotografii și videoclipuri ale copiilor lor pe rețelele de socializare, bloguri și alte site-uri web. Temele variază: în cele mai multe cazuri, *partajarea* implică postarea de fotografii din viața de zi cu zi, sărbători sau călătorii. Totuși, există și grupuri online de părinți interesați să organizeze situații menite să facă publicul de râs. Cu toate acestea, trebuie avut în vedere că acest material poate ridiculiza și/sau umili copilul. În trecut, fotografiile de familie erau de obicei păstrate în albume puse la dispoziție doar pentru spectatori selectați: pe internet publicul se poate extinde la milioane de oameni necunoscuți din întreaga lume. De asemenea, orice postare rămâne online pentru totdeauna, deoarece nimic nu dispare cu adevărat de pe internetul mondial, deși postarea originală poate fi eliminată, iar apoi aceste imagini vor deveni parte din amprenta digitală a copilului înainte de a posta ceva el însuși, dar s-ar putea să le fie rușine sau supărat de aceste piese. mai târziu în viață.

Pedepsele și alternativele

Potrivit dicționarului englez Collins, o „pedeapsă” este o pedeapsă sau o sancțiune impusă unui infractor pentru o infracțiune sau contravenție. Este adesea legat de un tratament dur sau dur. Acum, cu siguranță, nu acesta este modul în care ar trebui să ne comportăm cu copiii mici, deoarece ei nu comit nicio infracțiune, iar „răsăciunea” lor este de obicei o problemă de comportament bazată pe dificultatea de a-și recunoaște și, ulterior, de a-și controla emoțiile, cum ar fi accesul de furie pentru a nu obține ceea ce au. doresc sau doresc în prezent.

Astfel, pedepsele, în special cele fizice, pot avea efectul dorit în momentul în care sunt aplicate. Copilul poate opri comportamentul nedorit, dar deoarece pedepsele sunt bazate pe frică, pe termen lung, copilul poate acționa conform regulilor pentru a evita pedeapsa, mai degrabă decât din empatie față de altă persoană sau înțelegerea regulilor pentru propria sa siguranță sau că a altora. alți oameni exemplu.

Cu toate acestea, poate fi dificil pentru părinți să reacționeze întotdeauna calm și judicios în astfel de situații, dar este util să rețineți următoarele:

Creierul unui copil nu este încă pe deplin dezvoltat și, prin urmare, nu este capabil să vadă imaginea de ansamblu sau să-și rețină emoțiile și, adesea, așteptările părinților cu privire la capacitatea lor de a-și controla comportamentul sunt pur și simplu nerealiste de îndeplinit la această vârstă. Este rolul părinților să-l ajute pe copil să facă față emoțiilor, să învețe să le identifice și să le controleze pentru ca acestea să nu-l copleșească atât de mult și pentru ca copilul să ne spună ce îi este greu să gestioneze în orice moment. Vă rugăm să urmăriți următoarele videoclipuri „*Pot să mă opresc*” 1 - 3 pentru mai multe informații și câteva sfaturi despre cum să vă pregătiți și să acționați în astfel de situații.

Relații familiale

Famiile sunt considerate nucleul societăților noastre, iar relațiile din cadrul acestor entități centrale se reflectă în comunitățile noastre în general. Dar familiile de astăzi vin în toate formele și dimensiunile, de la mediul tradițional mamă-tată-copil/copii până la familii monoparentale (un părinte cu unul sau mai mulți copii adesea din cauza separării, divorțului sau văduviei), cupluri de același sex cu propriile persoane. copii sau copii adoptați, familii adoptive sau adoptive, sau familii mozaic (un cuplu cu copii din relații anterioare cu sau fără copii ai lor), iar relațiile din cadrul acestor entități diferă destul de mult. În acest capitol vom examina importanța legăturii în primii ani ai copilăriei, relația de cuplu în contextul familial, managementul familiei și relația dintre familie și muncă.

Teoria atașamentului în practică

Numeroase studii au arătat că primii doi sau trei ani din viața unui copil sunt hotărâtori pentru dezvoltarea lui cognitivă și emoțională și că dezvoltarea sănătoasă este strâns legată de o relație pozitivă cu unul sau doi îngrijitori apropiați - în majoritatea cazurilor părinții, în special mamă. Recomandarea Comisiei Europene din 2013 privind *investițiile în copii*, *Cadrul de îngrijire pentru îngrijire* (OMS, UNICEF, Banca Mondială), *Garanția europeană pentru copii* și campania *First Years First Priority* (Eurchild cu EPHA, ISSA și REF) au pus

cu toții un accent deosebit pe importanța crucială a primelor 1000 de zile din viața unui copil ca bază pentru toată extinderea ulterioară.

Cum să procedezi pentru a stabili această legătură și a crea un atașament sigur?

Ascultați videoclipul despre „*atașament securizat*”.

Cum să gestionezi o familie

Conducerea unei gospodării poate fi de fapt comparată cu conducerea unei mici afaceri. Părinții dezvoltă de obicei o serie de abilități care pot fi utile și în viața profesională, cum ar fi abilități de management și financiare (organizarea rutinei și conviețuirii, menținerea echilibrată a bugetului familiei, îngrijirea oricăror costuri suplimentare etc.), leadership (îndrumarea familiei), membri mai ales în momente de dificultate, fiind un model), abilități de comunicare (ce să comunici, cum și când), abilități emoționale (ascultare activă, empatie și înțelegere, intervenție calmă și neagitată, negociere și stabilire a unor limite clare), etc.). Anumite atitudini joacă, de asemenea, un rol esențial în management, fie în cadrul unei familii, al unei afaceri sau al unei comunități mai largi: respectul pentru ceilalți și opiniile lor, calm și curtoazie, precum și fermitate de caracter și calm.

Echilibrul dintre viața profesională și viața privată și presiunea socială

La nivel european, echilibrul dintre viața profesională și cea privată este consacrat în capitolul doi din Pilonul european al drepturilor sociale, 11unde constituie principiul 9 care prevede:

Părinții și persoanele cu responsabilități de îngrijire au dreptul la concedii adecvate, aranjamente flexibile de lucru și acces la servicii de îngrijire. Femeile și bărbații trebuie să aibă acces egal la concediu special pentru a-și îndeplini responsabilitățile de îngrijire și să fie încurajați să-l folosească într-un mod echilibrat.

Pentru mulți părinți, însă, acest principiu pare mai degrabă un vis de neatins decât realitatea vieții, deoarece se confruntă adesea cu presiuni financiare sau sociale. Mamele sunt adesea încurajate să se întoarcă la muncă cât mai repede posibil după naștere, iar concediul parental pentru tați este încă neobișnuit, cu diferențe uriașe între țări. Îngrijirea copiilor sau îngrijirea rudelor în vârstă este văzută doar ca un serviciu comunitar dacă este oferit de furnizori externi – și plătit – dar ca un angajament privat dacă este oferit de părinți. Părinții au adesea prea puține alegeri dacă își plasează sau nu copiii într-un context educațional la vârsta pe care o consideră adecvată, deoarece în mediul rural aceste medii (creșă, creșă, grădiniță etc.) nu sunt ușor disponibile sau accesibile pentru copiii lor sau pe dimpotrivă, sunt obligați să folosească aceste servicii în avans, deoarece legea prevede doar o perioadă minimă de concediu pentru creșterea copilului (reglementare UE: patru luni).

Același lucru este valabil și pentru timpul pe care părinții îl pot dedica copiilor în timpul zilelor lor de lucru, care de multe ori nu corespunde prea bine cu programul de funcționare al unităților de învățământ. Sărbătorile sunt o altă problemă, deoarece majoritatea părinților nu au atât de multe săptămâni libere cât sunt închise facilitățile, în special școlile. Grădinița și alte instituții preșcolare tind să fie mai flexibile.

Ce se poate face pentru a ajuta părinții să realizeze un echilibru mai bun între viața profesională și viața privată în circumstanțele date?

Videoclipul respectiv oferă părinților câteva sfaturi despre cum să-și autoevalueze nevoile și dorințele și să-și adapteze acțiunile în consecință.

Concluzie

Pentru a sprijini cu succes dezvoltarea fiecărui copil în parte, este de dorit o colaborare strânsă între casă (=mediul familial) și mediul educațional (=creșă, creșă, creșă etc.), dar este esențial ca se întâmplă cu atenție - nivel în care fiecare partener recunoaște și prețuiește punctul de vedere al celuilalt și contribuțiile pe care le aduc la masă. Pregătirea pedagogică adecvată ar trebui să permită personalului să implice părinții în viața și activitățile instituției în termeni de schimburi și negocieri reciproce, mai degrabă decât să-i implice doar într-un singur mod, spunându-le ce ar trebui sau nu ar trebui să facă.

¹¹ https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/economy-works-people/jobs-growth-and-investment/european-pillar-social-rights/european-pillar-social-rights-20-principles_en

Organizarea de cursuri pentru părinți fie la fața locului în timpul orelor de deschidere în paralel cu învățarea copiilor, fie în sesiuni de seară sau de weekend în afara orelor de deschidere sau prin unități online sau mixte va depinde de contextul cultural și social dar și de disponibilitatea atât a formatorilor, cât și a participanților. . Videoclipurile și mediul de învățare online produse în cadrul proiectului Erasmus+ Family Skills pot ajuta părinții, bunicii și alți membri ai familiei și îngrijitorii apropiați ai copilului, precum și lucrătorii educaționali să își îmbunătățească abilitățile și să găsească soluții comune în fiecare zi, dar chiar și în situații mai solicitante.

Fișă pentru formatori despre utilizarea videoclipurilor despre abilitățile de familie

Introducere

Videoclipurile care au fost create în cadrul proiectului abilități familiale reprezintă un instrument de analiză aprofundată a unor probleme parentale pornind de la viziunea unei scene/situații în care participantul se poate scufunda.

Sunt situații diferite în care părintele va lua din când în când punctul de vedere al unuia dintre protagoniști. Videoclipurile captivante din realitate virtuală sunt structurate în două părți. Prima este scena văzută din exterior, a doua este continuarea scenei văzută din punctul de vedere al unui protagonist care variază din când în când.

Este important să îi prezentați părintelui ce se va întâmpla, astfel încât să se poată bucura cel mai bine de imersiunea în videoclip.

Din acest motiv, pentru fiecare videoclip au fost întocmite câteva fișe introductive cu câteva indicații. Vă recomandăm ca fiecare antrenor să vizualizeze videoclipul și apoi să se gândească la utilizarea lui în timpul cursului de formare.

Încadrați acest link pentru a accesa lista videoclipurilor noastre:



https://www.youtube.com/playlist?list=PLOP_5CKgM6JilQtwGYH0b396aGsU_tptd

COPILUL INVIZIBIL

Rezumat scurt.

Este o zi obișnuită în cadrul unei familii formate din doi părinți și un copil. Scena începe cu sosirea tatălui acasă, în timp ce fiul se află în sufragerie așteptând ora prânzului. Va urma o discuție între părinți la care va fi participat și copilul.

Privitorul va vedea videoclipul din punctul de vedere al copilului, va putea să-și miște capul, să-și întoarcă capul, să asculte voci. Copilul este mereu prezent în cameră...

Acest videoclip își propune să facă spectatorul să experimenteze sentimentul de izolare, distanță, înstrăinare care poate apărea uneori în timpul unei conversații de familie. Aceasta este o situație tipică. În special, privitorul va putea observa o „certătoare” între părinți, de parcă el ar fi copilul prezent în cameră.

Videoclipul poate fi folosit pentru a vorbi despre conflict, comunicare, relații, emoții.

Reflecție și comparație.

După ce a terminat de vizionat videoclipul, formatorul va invita participanții să reflecteze asupra unor aspecte. Întrebările stimulente pot fi partajate prin proiectarea lor pe un ecran sau prin furnizarea unei foi pre-tipărite sau prin partajarea lor orală. Participanții vor putea să-și scrie răspunsurile sau să le împărtășească oral.

- *Cum se simte un copil într-o situație similară?*
- *Care a fost experiența lui?*
- *Ce emoții au apărut?*
- *Ce s-ar putea face pentru a nu face copilul invizibil?*

Alte întrebări de reflecție se referă la experiența personală.

- *Gândindu-mă la experiența ta în situația VR, cum te-ai simțit?*
- *Ce emoții ați simțit în principal? Le poți descrie/numi?*
- *Îți poți defini emoțiile față de mama și tata?*
- *Există diferențe între emoțiile pe care tatăl tău le trezește în tine și cele trezite de mama ta?*
- *Ce ți-ar fi plăcut să auzi în această situație? Ce te-ar fi putut face să te simți mai bine?*
- *În opinia dumneavoastră, cum s-ar fi putut rezolva situația?*

O fișă de observație

Privitorul va putea reflecta asupra experienței sale, după vizionarea videoclipului, folosind fișa de observație furnizată mai jos.

La începutul sesiunii, fiecare participant primește o fișă de sondaj cu elementele cheie și este instruit să o citească pe scurt. După vizionare, în plen, fiecare participant are 10 minute pentru a reflecta și a marca elementele cheie pe foaie (observarea video 1).

Începe discuția: în jurul mesei, fiecare participant își exprimă opinia și împărtășește conținutul cardului său grupului. Gazda rezumă elementele importante și returnează conținutul cheie al sesiunii.

Fișa de observație

	Tată	mamă	Note (spațiu pentru a comenta observația)
De la 1 la 5 nivel de abilități non-verbale			
De la 1 la 5 nivel de eficacitate al comunicării verbale			
De la 1 la 5 nivel de competență în gestionarea emoțiilor			

De la 1 la 5 nivel de competență în ascultare/empatie/a te pune în locul celuilalt			
De la 1 la 5 nivel de luare a deciziilor și abilități de gestionare a conflictelor			
1 până la 5 abilități de rezolvare a problemelor			

Activitati de simulare

Cum ar putea continua povestea?

Imaginează-ți cum ar putea continua povestea sau cum s-ar putea juca diferit.

- Construiește roluri pentru o simulare/ un joc de rol
- Atribuiți roluri participanților și invitați-i să acționeze
- Fă-i să reprezinte aceeași situație, dar invită-i să construiască un final diferit.

Restituire: Ce emoții au simțit protagoniștii. Ceea ce au comunicat. Ce ar fi putut face mai bine?

Participanții sunt invitați să vorbească despre experiențele lor în timpul simulării și ca observatori.

Exemplu de joc de rol :

Tata: Tu ești tatăl: ai avut o zi foarte grea la serviciu, ai plecat foarte devreme în această dimineață și trebuie să ajungi acasă și să te odihnești, mai ai o după-amiază plină de continuat și de zile întregi nu ai reușit să vă creați un spațiu pentru a vă juca cu copilul dvs. Acest lucru vă nemulțumește în mod deosebit, pentru că recent copilul a devenit interesat să joace jocuri electronice pe telefonul mobil și nu aveți niciun control asupra acestui lucru. Ajungi acasă cu ideea de a lua prânzul, de a lucra puțin de la distanță și apoi de a dedica ceva timp copilului tău.

Mama: Ești mamă: vara a început deja acum aproape o lună și încă nu ai un plan precis de vacanță. Ați dori să discutați subiectul cu partenerul dvs., dar nu există niciodată timp și credeți că este distras de altceva.

Fiu: ești fiu, aștepti ca prânzul să fie gata și te joci pe telefonul mobil.

Incheierea activității

Sensul activității vizează competența părintească în gestionarea conflictului familial și comunicarea în situații problematice. Vă puteți referi la „greșeli care nu trebuie repetate” în comunicare. De exemplu, este util să înveți să reflectezi asupra gestionării stării emoționale, cum ar fi recunoașterea capacității și competenței cuiva în controlul emoțional și comunicare.

Este util să reflectăm la motivul pentru care apare conflictul. Ce ne spune abordarea de comunicare a celorlalte persoane? De ce este ostil? Enervat? Furios?

Reflecțai asupra acțiunilor „anterioare”: evitați declanșarea conflictelor și înțelegeți ce reacții pot duce la conflict. Conflictul este evitat dacă comunicarea este gestionată în mod conștient.

Concentrați-vă pe... prezența copilului.

D. Siegel subliniază cum: pentru un individ este important să aibă cifre de referință prezente pentru el, constante și regulate (bibl . „Being there” Daniel S. Siegel, Tina Payne Bryson, Cortina editore 2020).

Într-o epocă a distragerilor digitale și a angajamentelor presante, A FI ACOLO pentru un copil poate părea o sarcină cu adevărat descurajantă. Dar, liniștește Daniel Siegel, a fi prezent nu necesită neapărat cantități mari de timp și energie. A FI ACOLO înseamnă a oferi copilului o prezență de calitate, simplu de asigurat ceea ce este necesar pentru dezvoltarea sănătoasă a copilului: protecție, înțelegere, confort și securitate, „pokerul atașamentului”.

Copilul din experiența virtuală este prezent, dar nu există părinți pentru el în acel moment. Părinții sunt prinși în discuție și uită de prezența lui.

MAGAZINUL

Rezumat scurt

O mamă intră într-un magazin de îmbrăcăminte cu copilul ei mic într-un cărucior. În timp ce ea vorbește cu vânzătorul, copilul rămâne calm. Deodată mama primește un telefon și pleacă. Asistenta de vânzări crede că poate distra copilul încercând să vorbească cu el... dar rezultatul este că copilul începe să plângă, iar mama va trebui să alerge să-l consoleze.

Videoclipul își propune să evidențieze percepția copilului mic, în vârstă de aproximativ 4 luni. În această etapă copilul nu are o percepție clară a culorilor și sunetele sunt, de asemenea, percepute în mod distorsionat, mai ales dacă sunt puternice și accentuate. Recunoaște voci familiare, prin care se simte liniștit. Are nevoie de contact cu figura de referință.

Videoclipul își propune să evidențieze cât de des, neintenționat, tulburări sau supărări pot fi cauzate la nivelul perceptiv de bază al copilului. Copilul se simte „atacat” dacă vocile și sunetele în direcția lui sunt prea insistente, se simte pierdut dacă vocea care îi vorbește nu este familiară. Evident, nu este obișnuit să fie singur cu figuri ciudate și nici să înțeleagă rațional explicațiile care i se pot da pentru a-l calma („Am fost la telefon cu tatăl meu...”)

În plus, are o percepție parțială a culorilor, poate percepe clar doar unele nuanțe (roșu și verde), în timp ce celelalte culori sunt uniforme și tind spre gri. Toate acestea îl încurcă și generează o nevoie de securitate.

Videoclipul ne ajută să înțelegem sentimentul de confuzie și „abandon” la un copil de această vârstă (punctul de vedere este al lui), dar și să reflectăm la dificultatea și jena adulților în relația cu nou-născuții.

Reflecție și comparație.

După ce a terminat de vizionat videoclipul, formatorul va invita participanții să reflecteze asupra unor aspecte. Întrebările stimulente pot fi partajate prin proiectarea lor pe un ecran sau prin furnizarea unei foi pre-tipărite sau prin partajarea lor orală. Participanții vor putea să-și scrie răspunsurile sau să le împărtășească oral.

- Cum se simte un copil într-o situație similară?
- Care a fost experiența dumneavoastră?
- Ce emoții au apărut?
- Ce s-ar putea face pentru a evita enervarea copilului?

Alte întrebări de reflecție se referă la experiența personală.

- Gândindu-mă la experiența ta în situația VR, cum te-ai simțit?
- Ce emoții ai simțit în principal? Le poți descrie/numi?
- Vă puteți defini emoțiile față de vânzător și de mamă?
- Ce ți-ar fi plăcut să auzi în acea situație? Ce te-ar fi putut face să te simți mai bine?
- În opinia dumneavoastră, cum ar fi putut fi rezolvată situația?

O fișă de observație

Privitorul va putea reflecta asupra experienței sale, după vizionarea videoclipului, folosind fișa de observație furnizată mai jos.

La începutul sesiunii, fiecare participant primește o fișă de sondaj cu elementele cheie și este instruit să o citească pe scurt. După vizionare, în plen, fiecare participant are 10 minute pentru a reflecta și a marca elementele cheie pe foaie (observarea video 2).

Începe discuția: în jurul mesei, fiecare participant își exprimă opinia și împărtășește conținutul cardului său grupului. Gazda rezumă elementele importante și returnează conținutul cheie al sesiunii.

Fișa de observație video 2

	funcționar	mamă	Note (spațiu pentru a comenta observația)

De la 1 la 5 nivel de abilități non-verbale			
De la 1 la 5 nivel de eficacitate al comunicării verbale			
De la 1 la 5 nivel de competență în gestionarea emoțiilor			
De la 1 la 5 nivel de competență în ascultare/empatie/a te pune în locul celuilalt			
De la 1 la 5 capacitatea de adaptare la situație			
De la 1 la 5 capacitatea de a gestiona situația problemă			
De la 1 la 5 capacitatea de a conforta și de a răspunde nevoilor copilului			
Reflectând la experiența ta VR, ce ai simțit când erai copil? Descrieți liber			
La ce te-ai fi așteptat de la mama? Și cum rămâne cu comanda? Descrieți liber			

Activitati de simulare

Cum s-ar fi putut dezvolta o situație „ideală”? Care sunt cele mai potrivite comportamente din partea mamei și a vânzătorului? Cum s-a simțit copilul în diferite momente ale scenei?

Liderul îndrumă grupul (cuplul sau individul) în gestionarea înțelegerii activității, analizând reflecția pornind de la fișă și realizează o simulare sau o activitate ajutând grupul să răspundă la următoarele întrebări:

Cum ar putea continua povestea?

Imaginează-ți cum ar putea continua povestea sau cum s-ar putea juca diferit.

- Construiește roluri pentru o simulare/ un joc de rol
- Atribuiți roluri participanților și invitați-i să acționeze
- Fă-i să reprezinte aceeași situație, dar invită-i să construiască un final diferit.

Restituire: Ce emoții au simțit protagoniștii. Ceea ce au comunicat. Ce ar fi putut face mai bine?

Participanții sunt invitați să vorbească despre experiențele lor în timpul simulării și ca observatori.

Exemplu de joc de rol :

Asistent de magazin: sunteți asistentul de magazin. Într-o dimineață liniștită de primăvară târzie, o doamnă intră cu un copil într-un scaun cu rotile pentru a face niște cumpărături. În timp ce ești ocupat să o ajuți să aleagă hainele, telefonul ei sună și ea pleacă. Apoi te apropii de copil și el izbucnește în lacrimi desperate. Ești în criză, nu ai avut niciodată de-a face cu un copil atât de mic și așa o suni pe mama.

ai avut o zi foarte grea la serviciu, ai plecat foarte devreme in aceasta dimineata si trebuie sa ajungi acasa
Mama: Tu ești mama: începe vara și te hotărăști să-ți duci micuțul la cumpărături pentru a-i cumpăra niște haine pentru că crește atât de repede. Ești foarte calm, copilului tău îi place să meargă cu tine în cărucior. De obicei vorbești la telefon în timp ce ești afară, nu contează dacă trebuie să-ți distragi atenția pentru câteva clipe, ești mereu atent ca copilul tău să fie în siguranță...

Copil: Mama te-a dus într-un loc nou, nu știi nimic despre acel loc, mirosuri, sunete, oameni din acea poziție în căruciorul tău nu poți vedea ce se întâmplă. Apoi deodată nu mai auzi vocea mamei tale și o doamnă scoate zgomote ciudate lângă tine. Ți-e frică, nu o cunoști... vrei să plângi.

Incheierea activitatii

Sensul activității se referă la capacitatea de a gestiona momentele zilnice cu un copil mic, încercând să-i înțeleagă nevoile. Trebuie să ne întrebăm cum se simte un bebeluș de 4 luni care descoperă lumea și cum se

simte despre străini într-o situație complet nouă. Singurele lui puncte de referință sunt stimulii senzoriali pe care îi cunoaște deja bine, de exemplu vocea mamei sale. Cum se simte un bebeluș de 4 luni când se confruntă cu o situație nouă?

Este util să ne gândim la situații în care părinții izolează în general copilul pentru a se angaja în alte activități, bazându-se pe capacitatea lui de a fi singur. Participanții pot reflecta asupra cât de des apar aceste situații, acasă sau în deplasare, și cum pot fi evitate și/sau gestionate.

Concentrați-vă pe... adaptarea la situație

rămâne centrat pe nevoile copilului mic și pe relația cu acesta. Învață să le înțelegi nevoile și să le poți menține prezenți în diferite situații, chiar și în prezența unor străini. Este necesar să vorbești cu un copil mic, cadend bine vocea, fără a ridica excesiv volumul, dar păstrând o intonație vie. Ceea ce este mai important este să stabilim un impact comunicativ cu nou-născutul, chiar înainte de a transmite informații, întrucât copilul nu are încă un vocabular comun, ci îl construiește zi de zi. Ideal este să vorbești cu copilul ridicându-l și liniștindu-l ușor. Copilul într-un scaun cu rotile are vedere limitată, sunetele și zgomotele venite din exterior trezesc anxietate, dacă nu sunt asociate cu imagini care îi sunt familiare și clare. Confortul și securitatea în această fază a vieții sale pot fi urmărite până la figurile de atașament și ritualitatea.

LUCRARE INTELIGENTE

Rezumat scurt

Videoclipul evidențiază o situație tipică în care munca și familia intră în conflict în viața unui individ. Într-o după-amiază de lucru inteligent, un tată își duce copilul în parc, dar brusc este nevoit să părăsească parcul pentru a finaliza o livrare de lucru, întrerupând jocul și încercând să-l convingă pe micuț că este timpul să plece. Acesta din urmă protestează vehement, iar tatăl încearcă să limiteze ciocnirea, tot pentru a evita jena în fața oamenilor prezenți. Punctul de vedere este cel al unui adolescent care privește dinamica din exterior. Observați un tată care își pierde controlul și un copil care intră în criză...

Reflecție și comparație.

După ce a terminat de vizionat videoclipul, formatorul va invita participanții să reflecteze asupra unor aspecte. Întrebările stimulente pot fi partajate prin proiectarea lor pe un ecran sau prin furnizarea unei foi pre-tipărite sau prin partajarea lor orală. Participanții vor putea să-și scrie răspunsurile sau să le împărtășească oral.

- Cum se simte un copil într-o situație similară?
- Cum se simte tata?
- Care este punctul de vedere al unui străin?
- Cât de important este faptul că este un adolescent care trăiește această scenă din exterior?
- Ce emoții au apărut?
- Ce s-ar fi putut face pentru a împiedica povestea să se termine astfel?

Alte întrebări de reflecție se referă la experiența personală.

- Gândindu-mă la experiența ta în situația VR, cum te-ai simțit?
- Ce emoții ai simțit în principal? Le poți descrie/numi?
- Vă puteți defini emoțiile față de tată și copil?
- Ce ți-ar fi plăcut să auzi în acea situație? Ce te-ar fi putut face să te simți mai bine?
- În opinia dumneavoastră, cum ar fi putut fi rezolvată situația? Și cine a avut puterea să o facă?

O fișă de observație

Privitorul va putea reflecta asupra experienței sale, după vizionarea videoclipului, folosind fișa de observație furnizată mai jos.

La începutul sesiunii, fiecare participant primește o fișă de sondaj cu elementele cheie și este instruit să o citească pe scurt. După vizionare, în plen, fiecare participant are la dispoziție 10 minute pentru a reflecta și a marca elementele cheie pe foaie (observare video).

Începe discuția: printr-o rundă a mesei fiecare participant își exprimă opinia și o împărtășește grupului. Gazda rezumă elementele importante și returnează conținutul cheie al sesiunii.

Fișă de observație video

	Papă	copil	Note (spațiu pentru a comenta observația)
De la 1 la 5 pozitivitatea abordării			
De la 1 la 5 nivel de eficacitate al comunicării verbale			
De la 1 la 5 control emoțional			
De la 1 la 5 nivel de competență în ascultare/empatie/a te pune în locul celuilalt			
De la 1 la 5 capacitatea de a gestiona situația problemă			
De la 1 la 5 capacitatea de a conforta și de a răspunde nevoilor copilului			
Ce simte un spectator când se confruntă cu scene similare			
Ai reușit să te conectezi cu protagoniștii? Dacă da cu cine? Descrieți liber			
Cât de diferit ar fi putut reacționa tata			
Cât de diferit ar fi putut reacționa copilul			
Ce emoții ți-a provocat văzând această situație?			

Activități de simulare

Cum s-ar fi putut dezvolta o situație „ideală”? Ce comportamente sunt cele mai potrivite din partea tatălui? Și cum rămâne cu copilul? Ce a declanșat evoluția situației? Ce ar fi putut să meargă altfel? Cum s-a simțit copilul în diferite momente ale scenei? Cum ar fi putut situația să se dezvolte altfel? Ce face situația problematică?

Ce declanșează discuția dintre tată și copil? Cei doi comunică? Există anumite expresii sau expresii care dau sens experienței? Dacă da, ce înseamnă? Ce ne pun ei să gândim?

Punctul de vedere este cel exterior, al baiatului care observa situația.

Liderul îndrumă grupul (cuplul sau individul) în gestionarea înțelegerii activității, analizând reflecția pornind de la fișă și realizează o simulare sau o activitate ajutând grupul să răspundă la următoarele întrebări:

Cum ar putea continua povestea?

Imaginează-ți cum ar putea continua povestea sau cum s-ar putea juca diferit.

- Construiește roluri pentru o simulare/ un joc de rol
- Atribuiți roluri participanților și invitați-i să acționeze
- Fă-i să reprezinte aceeași situație, dar invită-i să construiască un final diferit.

Restituire: Ce emoții au simțit protagoniștii. Ceea ce au comunicat. Ce ar fi putut face mai bine?

Participanții sunt invitați să vorbească despre experiențele lor în timpul simulării și ca observatori.

Exemplu de joc de rol :

Tata: În după-amiaza asta a trebuit să-ți duci fiul la gonflabile. Nu este prima dată când se întâmplă asta, ar fi trebuit să fii la birou, sau în orice caz să te ocupi de mai multe sarcini de lucru. Dar nu era nimeni care să poată avea grijă de copil și atunci nu te poți aștepta întotdeauna ca soția ta să renunțe la angajamentele ei de a avea grijă de el. Așa că ai decis că vei avea grijă de asta. Dar acum esti în dificultate și esti nevoit să găsești o soluție pentru a merge neaparat la birou. Îți pare rău că copilul este supărat, dar nu ai de ales. Nu va fi ușor să-l convingi... știi deja că te vei simți vinovat, iar atunci va trebui să-ți ascuți și soția plângându-se de această schimbare de planuri... Adevărul este că nu ai niciodată timp de ei... tu lucrezi mereu
Copil: Ești atât de fericit! Tata te-a dus în sfârșit la gonflabile, și-a promis de mult... nu are niciodată timp să te însoțească și de multe ori nu poți fi împreună... „tata trebuie să muncească”
Băiat care observă: cât de urâți sunt copiii, mereu plângând!! Bineînțeles că acel tip nu este foarte amabil cu fiul lui, îmi amintesc și eu când eram copil.

Incheierea activității

Grupul trebuie să fie însoțit în citirea punctului de vedere al băiatului: ce imagine poate fi dată din exteriorul unei relații tată/fiu? Câte informații se pot strânge din dialogul tatălui cu colegul său? Ce ne ajută să înțelegem comportamentul copilului? Rețineți punctul de vedere al băiatului, care este absolut diferit de cel al tatălui și al copilului. Fiecare aduce o perspectivă diferită. Poti evidenta obiectivele tatalui (sa se intoarca imediat acasa pentru a-si finaliza munca), ale copilului (sa mai sta putin in parc) si chiar efectele asupra unui adolescent... Este util sa reflectezi asupra perspectivei. de acordare . Grupul sau indivizii pot vorbi despre experienta lor pornind de la emotiile pe care vizionarea videoclipului le declanșează. Se începe o discuție pe baza elementelor exprimate în formular.

Concentrează-te pe... tuning.

D. Siegel o definește ca fiind capacitatea de a stabili un nivel de înțelegere a celorlalți, a stării lor de spirit, stabilind relații utile și eficiente, pozitive. Spre deosebire de empatie și reziliență, din care derivă, este un proces relațional, capacitatea de a stabili și menține un contact util cu persoana de lângă noi și de a dirija sensul acelei relații. (Mintea relațională, 2001). Conectarea cu ceilalți din familie ajută, de asemenea, la găsirea echilibrului potrivit și la menținerea alegerilor și priorităților într-un spirit de colaborare. În acest fel, va fi ușor să împărtășiți ideea că fiecare poate face ceva, astfel încât fiecare să aibă nu doar propria viață, ci și momentul potrivit pentru a împărtăși momente de seninătate reciprocă și proiecte comune. Numai așa ne vom putea bucura în armonie de compania celui alt și de relațiile de familie.

LA SUPERMARKET

Rezumat scurt

O mamă și copilul ei de 6 ani sunt împreună la supermarket, intenționați să facă cumpărături. Mama zăbovesc pe telefonul mobil cu un telefon de placere, între timp copilul încearcă în toate felurile să-i atragă atenția, ridicând de pe rafturi gustări și alte produse mai agreabile lui. Mama lui îi refuză absentă cumpărături și chiar atenție, până la punctul de a-i interzice categoric o acadea la care îi pasă atât de mult. Copilul cade în lacrimi disperate și de neconsolat, mama nerăbdătoare îl ceartă și în același timp îl compătimentește în ochii vânzătorilor din piață. Punctul de vedere este cel al copilului.

Reflecție și comparație.

După ce a terminat de vizionat videoclipul, formatorul va invita participanții să reflecteze asupra unor aspecte. Întrebările stimulente pot fi partajate prin proiectarea lor pe un ecran sau prin furnizarea unei foi pre-tipărite sau prin partajarea lor orală. Participanții vor putea să-și scrie răspunsurile sau să le împărtășească oral.

- *Cum se simte un copil într-o situație similară?*
- *Cum ai descrie starea de spirit a mamei?*
- *Ce evocă situația pentru observatorul extern?*

- Ce emoții au apărut?
- Ce comportamente ar putea fi adoptate pentru a preveni evoluția diferită a situației?

Alte întrebări de reflecție se referă la experiența personală.

- Gândindu-mă la experiența ta în situația VR, cum te-ai simțit?
- Ce emoții ai simțit în principal? Le poți descrie/numi?
- Îți poți defini emoțiile față de mama ta? și copilul?
- Dacă ai fi fost în pielea copilului, cum te-ai fi simțit? Ce ți-ar fi plăcut să auzi în această situație? Ce te-ar fi putut face să te simți mai bine?

O fișă de observație

Privitorul va putea reflecta asupra experienței sale, după vizionarea videoclipului, folosind fișa de observație furnizată mai jos.

La începutul sesiunii, fiecare participant primește o fișă de sondaj cu elementele cheie și este instruit să o citească pe scurt. După vizionare, în plen, fiecare participant are la dispoziție 10 minute pentru a reflecta și a marca elementele cheie pe foaie (observare video).

Începe discuția: printr-o rundă a mesei fiecare participant își exprimă opinia și o împărtășește grupului. Gazda rezumă elementele importante și returnează conținutul cheie al sesiunii.

	mama	copil	Note (spațiu pentru a comenta observația)
De la 1 la 5 pozitivitatea abordării			
De la 1 la 5 nivel de eficacitate al comunicării verbale			
De la 1 la 5 control emoțional			
De la 1 la 5 nivel de competență în ascultare/empatie/a te pune în locul celuilalt			
De la 1 la 5 capacitatea de a gestiona situația problemă			
De la 1 la 5 capacitatea de a conforta și de a răspunde nevoilor copilului			
Ce simte un spectator când se confruntă cu scene similare			
Ai reușit să te conectezi cu protagoniștii? Dacă da, cu cine? Descrieți liber			
Cât de diferit ar fi putut reacționa mama			
Cât de diferit ar fi putut reacționa copilul			
Ce emoții ți-a provocat văzând această situație?			

Activități de simulare

Este aceasta o situație plauzibilă care s-ar putea întâmpla de fapt, așa cum se vede în videoclip? Cum ar putea evolua o astfel de situație? Este posibil să ne imaginăm o situație similară, dar neconflictuală? Care ar putea fi condiția ideală de cumpărături „la supermarket” între părinte și copil? Ce comportamente ar fi fost mai potrivite din partea mamei? Și cum rămâne cu copilul? Cum s-a simțit copilul în diferite momente ale scenei? Ce face situația problematică? Există fraze sau expresii cheie în discursul mamei care v-au frapat?

Liderul îndrumă grupul (cuplul sau individul) în gestionarea înțelegerii activității, analizând reflecția pornind de la fișă și realizează o simulare sau o activitate ajutând grupul să răspundă la următoarele întrebări:
Cum ar putea continua povestea?

Imaginează-ți cum ar putea continua povestea sau cum s-ar putea juca diferit.

- Construiește roluri pentru o simulare/ un joc de rol
- Atribuiți roluri participanților și invitați-i să acționeze
- Fă-i să reprezinte aceeași situație, dar invită-i să construiască un final diferit.

Restituire: Ce emoții au simțit protagoniștii. Ceea ce au comunicat. Ce ar fi putut face mai bine?

Participanții sunt invitați să vorbească despre experiențele lor în timpul simulării și ca observatori.

Exemplu de joc de rol :

Mama: Astăzi trebuie să-ți iei copilul cu tine la supermarket la cumpărături. De obicei eviți să-l aduci pentru că se plictisește și se nerăbdește și ajunge adesea să te facă să arăți rău. Între timp, puteai profita de ocazie pentru a afla de la prietenul tău, ai avut o conversație importantă de încheiat...

Copil: Azi mama te duce la supermarket! Ești fericit pentru că vei putea să cumperi ceva care îți place și să fii cu ea, să mergi la cumpărături împreună! De obicei nu ai voie să mănânci gustări și dulciuri, dar poate că, din moment ce mergeți împreună, s-ar putea să obțineți ceva frumos de cumpărat... sunt atât de multe lucruri interesante în supermarket. Sa speram ca mama este de acord...

Incheierea activitatii

Citirea experienței ne arată o situație cotidiană și obișnuită: cumpărăturile cu copiii. Este necesar să ne concentrăm pe nevoile fiecăruia: mama trebuie să facă cumpărăturile, dar trebuie să vorbească și cu o prietenă, deși în zadar. La sfârșitul scenei îi pare rău că copilul plânge și parțial enervat de „proasta impresie” și încearcă să se justifice în ochii casieriei. Ce rezultă din această atitudine? Ce vrea să comunice copilul cu cererile sale insistente? Grupul se poate concentra pe nevoile fiecăruia și pe reacțiile pe care aceasta situație le declanșează. Fiecare membru al grupului va putea exprima senzațiile pe care le trezesc și le evocă protagoniștii acestei povești. Grupul sau indivizii pot vorbi despre experiența lor pornind de la emoțiile pe care vizionarea videoclipului le declanșează. Se începe o discuție pe baza elementelor exprimate în formular.

Concentrați-vă pe... joc și disciplină

Cumpărăturile pot fi un moment foarte plictisitor și haotic, dar se pot transforma într-un moment de împărtășire și participare, având în vedere că cumpărăturile în familie sunt pentru toată lumea! Toată lumea are preferințe și dorințe care trebuie puse cap la cap și convenite. Totuși, timpul de cumpărături este adesea un moment obositor pentru adulți și se transformă într-un moment de plictiseală pentru cei mici. Dacă nu este tratat într-un mod vesel și distractiv!

Așadar, poate fi util să lași distragerile deoparte și să te concentrezi pe momentul cumpărăturilor, împărtășindu-l și profitând de ocazie pentru a vorbi despre gusturile și alegerile și preferințele reciproce. **D. Siegel în *The Challenge of Discipline*** ne explică că tocmai în momentele de cea mai mare oboseală și angajament, curiozitatea poate fi activată în creierul copiilor și chiar al adulților, transformând astfel anxietatea și stresul în experiențe plăcute dacă nu de-a dreptul distractive. „Joaca la magazin” ameliorează anxietatea și previne crizele de furie și impresiile proaste!

Părăsirea școlii (minimizarea și empatia)

Rezumat scurt

Gaia pleacă de la școală îmbufnată și plângând. Când mama ei o întreabă ce s-a întâmplat, ea îi explică că un copil mai mare a palmuit-o și a împins-o violent. Era mare și furios. Gaia este foarte rănită...

Videoclipul prezintă două opțiuni: o opțiune bazată pe empatie și acceptare și o opțiune bazată pe minimizare. Cele două atitudini materne sunt contrastante și oferă posibilitatea de a observa perspective diferite. Punctul de vedere este cel al Gaiei.

Reflecție și comparație.

După ce a terminat de vizionat cele două videoclipuri, trainerul va invita participanții să reflecteze asupra unor aspecte. Întrebările stimulente pot fi partajate prin proiectarea lor pe un ecran sau prin furnizarea unei foi pre-tipărite sau prin partajarea lor orală. Participanții vor putea să-și scrie răspunsurile sau să le împărtășească oral.

Următoarele opțiuni pot fi dezvoltate pentru ambele tipuri de videoclipuri (empatie și minimizare)

- *Cum se simte copilul în situațiile observate?*
- *Cum ai descrie starea de spirit a mamei?*
- *Ce evocă situația pentru observatorul extern?*
- *Ce emoții au apărut?*
- *Care dintre cele două atitudini din partea mamei sunt mai funcționale cu situația? Ce este mai corect? Ce este mai puțin funcțional? Care consolatoare? Unde se simte Gaia cel mai bine primită și înțeleasă?*

Alte întrebări de reflecție se referă la experiența personală.

- *Gândindu-mă la experiența ta în situația VR, cum te-ai simțit?*
- *Ce emoții ai simțit în principal? Le poți descrie/numi?*
- *Îți poți defini emoțiile față de mama ta? și Gaia?*
- *Dacă ai fi fost în pielea Gaiei, cum te-ai fi simțit în cele două situații? Ce ți-ar fi plăcut să auzi în această situație? Ce te-ar fi putut face să te simți mai bine?*

O fișă de observație

Vizionatorul va putea reflecta asupra experienței sale, după ce a vizionat cele două videoclipuri, folosind fișa de observație furnizată mai jos.

La începutul sesiunii, fiecare participant primește o fișă de sondaj cu elementele cheie și este instruit să o citească pe scurt. După vizionare, în plen, fiecare participant are la dispoziție 10 minute pentru a reflecta și a marca elementele cheie pe foaie (observare video).

Începe discuția: printr-o rundă a mesei fiecare participant își exprimă opinia și o împărtășește grupului. Gazda rezumă elementele importante și returnează conținutul cheie al sesiunii.

	mama	Minimizare video	Empatie video
De la 1 la 5 pozitivitatea abordării			
De la 1 la 5 nivel de eficacitate al comunicării verbale			
De la 1 la 5 control emoțional			
De la 1 la 5 nivel de competență în ascultare/empatie/a te pune în locul celuilalt			
De la 1 la 5 capacitatea de a gestiona situația problemă			
De la 1 la 5 capacitatea de a conforta și de a răspunde nevoilor copilului			
Ai reușit să te conectezi cu protagoniștii? Dacă da, cu cine? Descrieți liber			
Este posibil să ne gândim la o altă posibilitate de dezvoltare a			

poveștii? Ce ar fi putut mama să spună/să facă diferit?	
Ce emoții ți-a provocat văzând această situație?	

Activități de simulare

Aceasta este o situație tipică în care părintelui i se „cere” să joace un rol de consolare și de reținere a nemulțumirii copilului său. Nu este evident că părintele are o strategie pentru a gestiona această situație. Părăsirea școlii este și un moment foarte delicat...

În îndrumarea grupului spre o mai bună înțelegere a activității, liderul se va concentra pe panorama situațiilor și condițiilor care se pot dezvălui, încercând să-și imagineze ce strategie ar putea avea succes în recuperarea frustrării sau a nemulțumirii de moment a copilului. Liderul poate folosi următoarele întrebări directoare:

Ce disconfort se exprimă în situație? Este un disconfort pentru fetiță? Este un disconfort al mamei?

Ce abilitate este utilă de exercitat în acest caz?

Este necesar să se rezolve imediat situația problemă?

Cum ar putea continua povestea?

Imaginează-ți cum ar putea continua povestea sau cum s-ar putea juca diferit.

- Construiește roluri pentru o simulare/ un joc de rol
- Atribuiți roluri participanților și invitați-i să acționeze
- Pune-i să reprezinte aceeași situație, dar invită-i să construiască un final diferit sau o situație similară, dar cu opțiuni de dezvoltare diferite.
- De asemenea, participanții sunt invitați să reflecteze asupra oricăror situații care predispun la anumite comportamente (de ce plâng copiii când ies de la școală? Sau când intră?...)

Restituire: Ce emoții au simțit protagoniștii. Ceea ce au comunicat. Ce ar fi putut face mai bine?

Participanții sunt invitați să vorbească despre experiențele lor în timpul simulării și ca observatori.

Exemplu de joc de rol :

Mama 1: Tu ești mama. Gaia a fost foarte plângăcioasă în ultima vreme, se plânge de toate, și se pare apatică și apatică. Uneori dimineața nu are chef să meargă la școală și îți este greu să o convingi să se grăbească. În plus, părăsirea școlii este întotdeauna destul de traumatizantă: Gaia este întotdeauna foarte obosită și capricioasă și pentru tine nu este un moment bun... ai toată după-amiaza în față, trebuie să te întorci la birou și nu ești calm. suficient pentru a-i rezolva crizele de furie și a o consola . Ești frustrat, și-ai dori să te poți dedica ei, dar întotdeauna ai o mie de lucruri de făcut. Trebuie să amâni totul până la culcare...

Mama 2: azi este o zi specială, te bucuri să mergi să-ți iei fiica Gaia după școală, și-ai luat după-amiaza liberă și vrei să o scoți la o gustare și apoi la parc cu verii ei. Poate poți chiar să faci niște cumpărături cu ea. Nu vă întâlniți niciodată după-amiaza, așa că chiar doriți să vă bucurați de ceva timp împreună...

Gaia: in fiecare zi se intampla ceva rau la scoala, nu mai suporti! Se pare că toți colegii tăi sunt răutăcioși! Astăzi ai fost trist în clasă toată ziua și apoi când ai plecat de la școală acea fugă haotică și acel obraznic de clasa a cincea care te-a împins și te-a rănit! Ce zi proastă... acum ca întotdeauna va trebui să pleci acasă și să stai cu dădaca să-ți faci temele toată după-amiaza!!! Te simți foarte frustrat! Nimeni nu te înțelege...

Incheierea activității

Când copiii merg la școală, se detașează de lumea familiei și trăiesc într-o realitate diferită de cea a căminului, în mare parte necunoscută părinților. Copiii experimentează noi emoții legate de alte contexte decât cel familial și învață să facă față situațiilor neașteptate, uneori greu de gestionat. Părinții încearcă să-și imagineze ce este în acea lume îndepărtată a lor și încearcă cât pot de bine să intre în „viața privată” a micuților lor. Activitatea ne determină să reflectăm asupra modului de comunicare cu copiii mici, respectând ceva ce se întâmplă în lumea lor și pe care noi adulții îl putem cunoaște doar prin povestea lor și prin percepția lor. A fi în ton cu ei este fundamental și a fi empatic pentru a nu le subestima experiența este cheia potrivită. Cum să

fii empatic? Pentru că este important? Lumea copiilor nu este o lume mică și irelevantă, pentru că este formată din „lucruri ale copiilor”. Copiii au resurse infinite.

Concentrează-te pe... „starea DA”

Uneori, copiii pot pierde controlul, ocupați în timp ce interacționează cu miile de lucruri noi pe care le aduce creșterea. O nouă sosire la școală, de exemplu, este traumatizantă, dar în același timp coplesitoare și plină de stimuli... de aceea un copil mic care începe să meargă la școală poate avea momente de euforie și emoție datorită curiozității față de acea lume nouă, dar și momente de tristețe, de dezamăgire, de descurajare pentru că lucrurile noi aduse de acel context îl obosesc, îl tulbură, îl angajează emoțional și îl supraîncărcă cu stimuli și senzații necunoscute până de curând.

Daniel Siegel, vorbesc despre *starea de DA* (creierul DA, 2018), o stare de deschidere și receptivitate, de bună dispoziție față de mediul înconjurător. Acest lucru se poate întâmpla dacă copilul poate experimenta empatie, învățând încet să se cunoască pe sine și să-și recunoască emoțiile și să înțeleagă ce îl face să se simtă mai bine, ce îl ajută să gestioneze momentele dificile. Adulții (părinți și profesori) vor trebui să-l ghideze în această descoperire a resurselor sale personale.

Lectură emoțională

Rezumat scurt

E seară. Înainte de a merge la culcare, Massimiliano se alătură mamei sale în sufragerie, vrea ca ea să-i citească o poveste, poate preferata lui. Această experiență de rutină în toate familiile cu copii mici poate dezvălui medii diferite și se poate dezvolta în moduri diferite și neașteptate. Observatorul este responsabil pentru reflectarea asupra metodelor și rezultatelor.

Reflecție și comparație.

Citirea și povestirea pot fi momente intime sau experiențe de împărtășire și creștere în familie pentru copii. Este o experiență destul de obișnuită în familiile cu copii mici, dar stilul parental și modelul de referință familial înseamnă că o experiență aparent simplă și evidentă poate avea o mare valoare educațională și de creștere, nu doar pentru copil, ci și pentru relația educațională familială mai profundă. .

Câteva sugestii pentru a ghida înțelegerea semnificației celor două videoclipuri ar putea fi următoarele:

- *Cum se simte copilul în situațiile observate?*
- *Cum ai descrie starea de spirit a mamei?*
- *Ce evocă situația pentru observatorul extern?*
- *Ce emoții au apărut?*
- *Cum diferă cele două situații propuse? Este posibil ca mama să gestioneze situația mai conștient? Și cum rămâne cu copilul?*

O fișă de observație

	mama	Lectură emoțională	Lectură non-emoțională
De la 1 la 5 pozitivitatea abordării			
De la 1 la 5 nivel de eficacitate al comunicării verbale			
De la 1 la 5 control emoțional			
De la 1 la 5 nivel de competență în ascultare/empatie/a te pune în locul celuilalt			

De la 1 la 5 capacitatea de adaptare la situație			
Cu cine ai reușit să te conectezi cel mai mult, în ce situație? Descrieți liber			
Este posibil să ne gândim la o altă posibilitate de dezvoltare a poveștii? Ce ar fi putut mama să spună/să facă diferit?			
Ce emoții ți-a provocat văzând această situație?			

Activități de simulare

Încercați să exersați lectura emoțională: alegeți un cântec, un basm, o versurică care vă place, concentrați-vă asupra citirii cu voce tare. Exersează ca și cum ai avea un public în fața ta sau ca și cum ai citi pentru o persoană dragă care te ascultă. Poți simți bunăstarea lecturii emoționale? Descrie-ți liber sentimentele și întreabă-l pe cel care te-a ascultat ce emoții i-ai trezit.

Încercați să experimentați cu cele două moduri opuse (emoțional/non-emoțional) într-un grup mare.

Incheierea activității

Este important ca lectura să fie folosită în relația educațională cu copilul și în experiența educațională a familiei. Lectura nu este concepută ca o procedură sterilă care să te ajute să adormi, ci ca o experiență emoțională intensă de schimb și comunicare. Lectura copiilor înainte de culcare este o modalitate de a-i însoți, de a-i sprijini, spre independență, în acest sens lectura este un obiect de tranziție care ghidează procesele de autonomie. Lectura povestește experiențe și transmite semnificații asupra cărora să discutăm, deschide ferestre către lumi de explorat, îndrumă spre comparație și dialog. Gestul de a citi „împreună” este o modalitate prin care părintele își exprimă prezența, atenția și confortul. Un copil care cere unui părinte să citească, precum și să se joace sau să se uite la televizor împreună, este o mare oportunitate educațională servită pe un platou de argint.

Dormitor

Rezumat scurt

Videoclipul propune o situație tipică în care un bebeluș de 3 luni se trezește în pătuțul lui, iar mama lui îl însoțește în timpul trezirii. Bebelușul emite sunete mici, slabe, în timp ce mama îl distrează fredonând și discutând cu sunete insistente și ascuțite, mișcând rapid obiectele colorate în fața feței, dar și la distanță. Copilul este foarte mic și nu poate distinge decât forme și unele culori de la distanțe scurte. Vocabularul său este încă prea rudimentar, așa că percepe sunetele și tonul, dar nu înțelege detaliile lingvistice.

Reflecție și comparație.

După vizionarea scurtului videoclip, trainerul va putea nota impresiile participanților, senzațiile trezite de prezența părintelui la trezire și care pot fi elementele educaționale de cel mai mare interes în situația tipică. Câteva întrebări pot ghida discuția: dacă un părinte sau un îngrijitor ar trebui să fie prezent la trezire; modul în care adultul gestionează trezirea copilului; utilizarea sunetelor și a tonului cel mai potrivit cu care să te adresezi unui copil mic; utilizarea obiectelor colorate, mișcărilor și stimulilor care sunt oferite unui nou-născut în momentul delicat al trezirii. Discuția va putea oferi idei pentru înțelegerea care sunt atitudinile cele mai potrivite în gestionarea interacțiunii cu nou-născutul.

O fișă de observație

După vizionarea videoclipului, spectatorul va putea reflecta asupra experienței sale, folosind fișa de observație furnizată mai jos.

La începutul sesiunii, fiecare participant primește o fișă de sondaj cu elementele cheie și este instruit să o citească pe scurt. După vizionare, în plen, fiecare participant are la dispoziție 10 minute pentru a reflecta și a marca elementele cheie pe foaie (observare video).

Începe discuția: printr-o rundă a mesei fiecare participant își exprimă opinia și o împărtășește grupului. Gazda rezumă elementele importante și returnează conținutul cheie al sesiunii.

Activitati de simulare

În această activitate poate fi util să se solicite atenția participanților asupra stimulărilor senzoriale. În special distanța-proximitatea imaginilor și focalizarea lor în viziune, viziunea culorilor, percepția sunetelor și zgomotelor. Într-o activitate de simulare, utilizarea vizualizatoarelor la 360° poate fi utilă pentru a gestiona focalizarea și a permite tuturor să experimenteze o viziune mai mult sau mai puțin clară.

Gazda, după ce le-a sugerat vizionarea videoclipului și i-a invitat să se concentreze și să analizeze situația, va putea să întrebe participanții care este cea mai bună condiție pentru gestionarea unei situații de trezire, sau pur și simplu interacțiunea cu copilul foarte mic în scaunul său cu roțile. Unele întrebări de stimulare pot fi:

- *Cum crezi că s-a simțit copilul când s-a trezit?*
- *De ce mama lui tot vorbește cu el și cântă? Crezi că comportamentul lui este potrivit?*
- *Se aud mici zgomote făcute de copil. Crezi că acestea sunt linii de aprobare? Enervant? Ce comunică ei? Și ce funcție au ei în acea interacțiune cu mama.*
- *Crezi că copilul apreciază animalul de pluș galben, îl poate distinge?*
- *Copilul vede clar fața mamei? Deosebești expresia?*

Exemplu de joc de rol :

Ești educator sau părinte. Încercați să vă măsurați cu o situație similară, fiind nevoit să interacționați cu un nou-născut. Poate fi o situație de trezire, sau pur și simplu „distracție”, a unui copil mic care se află în căruciorul lui. Tu ești singur, în camera cu el. Cum crezi că te-ai putea comporta? Ce dificultăți? Crezi că ai putea simți disconfort, jenă sau indiferență ?

Incheierea activității

Un bebeluș de trei luni **poate urmări un obiect în mișcare cu privirea**, își poate deschide și închide mâinile, poate scoate sunete și balbuește. Cu toate acestea, viziunea lui **nu se va dezvolta pe deplin până la șase luni**. Acum este capabil să distingă o gamă de culori și începe să-și rafineze percepția de profunzime, putând vedea în 3D. Încă nu distinge diferențele nuanțe pastelate, de fapt poate vedea clar albastru și roșu dacă sunt foarte strălucitoare. În acest moment, **el este capabil să recunoască și caracteristicile individuale ale fețelor celor din jur**. Încercarea de către părinți, unchi și altele asemenea de a propune activități, obiecte și suprastimulare poate fi inefficientă, deoarece nou-născutul nu este capabil să perceapă unele stimulări senzoriale.

Concentrează-te pe... *dansul echilibrului*

În condiții fiziologice normale, nou-născutul este capabil de conexiune și comunicări complexe încă din primele ore de viață. Dacă acest lucru se întâmplă într-un mediu sănătos și calm, copilul va putea activa imediat schimbul relațional care deschide cele mai bune condiții pentru un atașament sigur. În zilele următoare nașterii va fi important să vorbim cu micuțul nostru, să cântăm, să interacționăm cu el cu privirea, cu expresiile feței, cu corpul și atingerea mâinilor noastre.

Acest lucru trebuie reținut mereu, pentru a evita crearea acelor condiții care îi determină pe mulți adulți să-l „ignoreze” pe cel mic, lăsându-l prea mult timp fără compania lor, evitând să-l ridice sau să-l lase prea mult

să plângă singur. De asemenea, este bine de știut că, din cauza sistemului lor nervos imatur, este ușor pentru nou-născuți să devină suprastimulați în primele luni de viață.

După naștere, copiii noștri sunt ca niște **antene extrem de sensibile**, care în prezența prea multor semnale aud doar zgomot și interferențe și știm cu toții cât de enervant este acest lucru. În aceste momente copilul va încerca să se deconecteze de stimulul pe care îl primește, astfel încât să poată găsi „canalul potrivit” și să se acorde din nou. Parcă ne spunea „e prea mult pentru mine, am nevoie de o pauză de câteva minute”.

Nou-născutul, deși imatur, este totuși capabil să caute echilibrul și să se regleze, intrând ritmic în relații și ieșind din relație pentru a-și găsi calmul. În acest fel el învață să-și regleze răspunsul la stimuli. Noi adulții trebuie să învățăm să-i urmăm ritmul și să „dansăm” cu el devenind puțin mai atenți.

Chestionarul online

de autoevaluare a abilităților familiale este un chestionar care își propune să ajute părintele să-și autoevalueze abilitățile familiale și poate fi folosit ca evaluare inițială și finală a unui traseu de competențe familiale (în acest caz, trainerul va trebui să-și comunice codul în avans care va fi inserat în locul înregistrării/compilării chestionarului și care va permite trainerului să aibă media rezultatelor chestionarelor grupului sau de părinți).

După ce răspunde la întrebări, fiecare părinte primește feedback cu privire la abilitățile sale și câteva sugestii pentru formarea abilităților familiei tale.

Nu este un test psihologic, ci un instrument de autoevaluare a abilităților în cele 4 domenii ale modelului abilităților familiale.

Rezultatele și întrebările chestionarului în sine pot fi folosite ca o discuție de brainstorming în activitățile cu părinții.

Caietul de lucru și lecțiile video sunt instrumentele care pot fi folosite chiar de părinți prin intermediul portalului online

Chestionarul poate fi completat pe platforma www.familyskills.eu

Sesiunile de antrenament.

Abilitățile familiale sunt o cale flexibilă. Pe parcursul dezvoltării acestui model am avut ocazia să ne gândim la multiple situații și aplicații ale metodei, am avut experiență cu diferite grupuri, unele foarte mari, altele mult mai mici și mai omogene. Acest lucru ne-a permis să emitem o gamă largă de utilizare a exercițiilor și activităților. Din acest motiv, mai jos dorim să oferim câteva idei pentru un traseu ipotetic de conducere a grupului de autoexperimentare „aptitudini familiale”.

ÎNTOTDEAUNA ÎNCEPEȚI DE LA UN OBIECTIV CLAR ȘI ÎMPĂRȘIT

Liderul grupului ar face bine să-și definească un obiectiv clar și să se întrebe: la ce scop vreau să ajung astăzi la sfârșitul acestei întâlniri?

A avea un obiectiv clar este esențial pentru a conduce grupul de-a lungul unui itinerar acceptabil și simplu de realizat, care este plăcut și nu frustrant pentru public (țintă/destinatari). Cu toate acestea, experiența de grup este o experiență de învățare și este esențial să fii ușor să înveți și să reflectezi. În cele din urmă, le cerem participanților să împărtășească modul lor de gândire pe subiecte destul de intime și personale. Întotdeauna COMUNICĂM obiectivul nostru grupului
Care poate fi un obiectiv pentru trainer?

Câteva exemple:

Stabiliți un climat de grup bun : poate părea artificial să vă concentrați pe crearea unei atmosfere bune, dar climatul în grup este totul, mai ales dacă munca unei prime întâlniri este urmată de una ulterioară... participanții ar putea fi aceiași pentru mai multe sesiuni și cunoașterea lor, acceptarea reciprocă și simpatia este esențială pentru a începe un drum bun, funcțional. În acest sens, este o bună practică să folosiți un joc de prezentare, activități de spărgător de gheață, un joc de colaborare sau o sesiune de povestire comună în care fiecare participant își aduce propriul scop bun. Într-o întâlnire în care emoțiile și sentimentele sunt de bază, generarea unui climat EMOTIONAL ar trebui să fie fundamentală. Un climat plin de emoțiile pe care fiecare le aduce și care vizează construirea unui sentiment de apartenență la grup și dorința de a împărtăși experiența cu alții pentru a o prețui.

Lăsați un mesaj cheie : care vrem să fie mesajul cheie al întâlnirii noastre? În acest caz, să o reiterăm la început și să verificăm la sfârșit dacă a fost înțeles, nu trebuie să ezităm să folosim întrebări, chestionare, jocuri de evaluare finală dacă acest lucru ne ajută și folosim adesea tehnica feedback-ului: comunicăm către participanților care sunt avantajele și succesele obținute în timpul întâlnirii noastre
Odată stabilite obiectivele personale și comune, acestea trebuie împărtășite cu grupul, într-un moment al ACORDULUI DE FORMARE. În timpul acordului de instruire, liderul clarifică obiectivele participanților, îi invită să formuleze așteptări și clarifică care ar putea fi rezultatele așteptate. Acest lucru creează un sentiment de participare și generează un climat constructiv și de sprijin în grup.

Exemplu de sesiune de lucru cu un grup de părinți (cu durata de o oră și jumătate)

10 minute: Prezentarea trainerului: a spune ceva despre tine este important pentru că cei care ne observă au multe întrebări despre originile noastre și este important să știe în ce calitate conducem grupul. Le explicăm de ce au ceva de spus și ne spun ceva despre noi înșine care este inerent contextului.
Adăugăm apoi câteva detalii despre întâlnire: instrumente, proiect, rezultate și potențial.

15 – 20 de minute: prezentarea participanților prin activități dinamice sau jocuri - spărgătoare de gheață etc...

Este important să acordați spațiu participanților, dacă vor să vorbească sau să spună povești, păstrând întotdeauna un control atent al timpului, astfel încât nimeni să nu treacă peste bord sau să îndelungească prea mult. Participarea este necesară pentru a dizolva ezitățile și timiditatea și pentru a se asigura că toată lumea experimentează în mod direct experiența de antrenament, punându-se acolo.

10 minute: Vizionarea unui scurt film/scenă video pe tema educației parentale și întrebări stimulative despre vizionare

Începând cu un scurtmetraj sau un videoclip, toată lumea se aliniază la conținutul și mesajele importante la care să reflecteze și vă permite să centrați subiectul pe parenting, menținând concentrarea și deschiderea sesiunii de lucru pe picior de egalitate.

10 minute: desfășurarea unei activități de către grup. În acest moment, puteți întreba de exemplu „Care sunt videoclipurile animate pe care le-am văzut sau le-am văzut în familiile noastre? Ce mesaj ne dau ei? (individual sau în grup) – activități de acest tip, mai ales dacă sunt desfășurate în grup, vă permit să împărtășiți reflecții asupra stării de fapt în contextul dvs. familial și oferă nenumărate idei de reflecție, discuție și creștere.

15 minute: FOCUS

În acest moment, trainerul își îndreaptă atenția asupra temelor centrale ale proiectului Competențe în familie, urmărind ceea ce a fost spus și observat de el în timpul interacțiunii anterioare și evidențiind mici conținuturi focale, reiterând aplicarea operațională a modelului. De exemplu, rolul emoțiilor plăcute sau neplăcute sau respectul pentru reguli în familie sau modul în care funcționează creierul copilului și modul în care este necesar să comunice cu copiii 0 -6, etc...

aceasta poate fi o fază mai didactică și „frontală” în care formatorul clarifică conținutul și ipotezele științifice ale modelului și este funcțională pentru aplicarea activităților prezente în caietul de lucru și împărtășirea în grup (de ex. joc pe vocabular emoțional, proiectarea desenelor animate). , video la 360 de grade).

10 minute: Discuție finală și închiderea sesiunii. Este o idee bună să închideți sesiunea cu un joc dinamic sau un „tur de masă”, în care participanții își pot exprima un gând sau o evaluare asupra percepției lor asupra activității desfășurate.

Câteva propuneri de activitate

Câteva instrumente, tehnici și metode pentru desfășurarea întâlnirilor de abilități familiale.

Setul de instrumente prezintă câteva tehnici de activare utile pentru implicarea și participarea părinților în timpul întâlnirilor.

Majoritatea activărilor pot fi folosite într-un grup mic. Din acest motiv, atunci când întâlnirea implică un număr mai mare de participanți, este util să-i împărțiți în grupuri mici.

Participanții vor putea întotdeauna să decidă în ce măsură să se „expună”: este o regulă de bază a intervenției abilităților familiale. De altfel, printre ingredientele principale pentru reușita traseului și a activității individuale propuse se numără modul în care sunt propuse activitățile și climatul de respect și ascultare care se stabilește în rândul participanților.

De ce ai putea avea nevoie: listă de înregistrare, proiector, laptop, prezentare PowerPoint, flipchart, pixuri și hârtie pentru studenți, hârtie A4, pixuri, colorat, reviste, lipici, foarfece, evaluarea formei. Fișe de lucru agreate, difuzoare audio, microfon.

Unele sunt pentru grupuri mici, altele pentru cele mari

Ce înseamnă să devii părinte?

Brain storming pe posterul grupului. În centrul (sau proiectat) sunt scrise una sau mai multe propoziții asupra cărora grupul este invitat să reflecteze exprimându-și opinia (în cât mai puține cuvinte, dar cât mai multe).

Discuția poate fi facilitată prin utilizarea unor întrebări stimul, cum ar fi: participanții împărțiți în grupuri mici (grup de max 6-7 s) trebuie să scrie pe o foaie de hârtie...

În plen, vorbitorii exprimă conceptele care au apărut cel mai mult și cele care au fost mai puțin împărtășite.

Trenul gândurilor

Dacă se află într-un cerc, antrenorul va indica un cuvânt din care fiecare, la rândul său, trebuie să spună primul cuvânt care îi vine în minte.

De exemplu, dacă trainerul spune familie, primul participant trebuie să spună primul cuvânt care îi vine în minte, părinții, urmași de următorul participant trebuie să spună primul cuvânt care îi vine în minte ascultând pe cel al participantului care l-a precedat.

Cuvintele spuse deja nu pot fi repetate.

Formatorul scrie cuvintele pe tablă sau pe o foaie de hârtie și apoi rezultatele sunt împărtășite.

O altă versiune: toată lumea spune că comentează același cuvânt „cheie” indicat de trainer, rostind un cuvânt care îi vine în minte (dar care nu trebuie să fi fost spus de alți participanți).

Așteptări, motivații și îndoieli: contractul de formare

Obiectivul de la început este ca participantul să verbalizeze referitor la opiniile, motivațiile și îndoielile așteptate. Este un moment important pentru că se stabilește un „contract de formare”, în care se clarifică și limitele conținuturilor care vor fi analizate. De fapt, un curs nu poate satisface toate așteptările. În plus, este momentul să clarificăm și regulile dintre participanți și rolul liderului.

Ținând cont de nr. ore din această călătorie, încercați să răspundeți la câteva întrebări:

Ce mi-ar plăcea să învăț?

Despre ce aș dori să aflu mai multe?

Care este motivația mea pentru a participa la această întâlnire?

Ce nu aș vrea să se întâmple în această călătorie?

Definiți împreună regulile grupului.

Formatorul le cere celor prezenți să scrie regulile grupului pe o foaie de hârtie în timpul întâlnirii sau al cursului. Fiecare participant își citește regulile, iar formatorul le scrie pe o foaie/tabletă albă.

Exemple:

- Telefoane mobile cu soneria oprită
- Confidențialitate
- Respectul pentru ceilalți

- Ascultarea reciprocă
- Împărtășirea ideilor și punctelor de vedere
- Angajamentul de a face exercițiile propuse

Și pornind de la această activitate, împărtășiți conceptul de reguli în familie, scoțând în evidență regulile care se aplică în familiile individuale și propunând o comparație asupra acestora.

Să validăm regulile

Fiecare participant își poate scrie propriile reguli pe foi de hârtie (1 regulă pe foaie) și apoi le poate plia și le pune într-un recipient.

Fiecare participant alege pe rând o bucată de hârtie și citește regula.

Va trebui apoi să încerce să susțină valabilitatea acesteia, de parcă s-ar afla în fața unei instanțe, a cărei sarcină este să aleagă dacă menține sau desființează această regulă.

Ceilalți membri joacă rolul de judecători care ascultă și pot nota pe o foaie de hârtie dacă au fost convinși sau nu și de ce.

După prima rundă (adică când toată lumea a validat cel puțin o regulă) trecem la a doua rundă.

Toate cardurile trebuie returnate în container. De data aceasta, regula va trebui infirmată, evidențiindu-i aspectele inutile.

La sfârșitul lucrării, fiecare participant își exprimă experiența.

Fișe de cunoștințe pentru părinți

Este un joc format dintr-un pachet de cărți, care reprezintă viața de familie în general.

Este fotocopiată față și spate și distribuită participanților: fiecare persoană poate alege două sau trei reprezentări și poate explica motivele acestei preferințe.

Atunci când grupul este format din 30 de participanți sau mai mult, doar aproximativ zece persoane sunt rugate să citească răspunsurile.

De asemenea, este posibil să tăiați cartonașele și să le distribuiți pe o masă (în cazul unui grup mic) sau să proiectați cartonașele pe ecranul de proiecție (în cazul unui grup mare) și să ghidați activitatea de reflexie.

Bunic/fiică, emoții, îndrăgostire, cuplu, concubinaj, dezordine/ordine, școală, animale, grădină, curățenie, muncă, vacanțe, cumpărături, socrul, conflict, naștere, moarte, despărțire, călătorii, timp liber.

A deveni sau a fi părinți

Aceasta este o listă de întrebări pentru a împărtăși grupului de părinți (prin furnizarea listei sau proiectând-o pe ecran). De asemenea, le poți scrie pe bucăți de hârtie și le distribui tuturor celor prezenți, fiecare dintre ei va trebui să răspundă, sau să pună notițele într-o pungă și să le tragă la sorți.

Întrebările pot fi folosite integral sau, prin alegerea celor considerate cele mai eficiente pentru grup, pot fi folosite ca stimulente al activității sau ca activitate specifică care urmează să fie propusă individual și/sau în grupuri mici, oferind copii ale întrebărilor și identificarea modului de colectare a răspunsurilor (de exemplu, pe foi de hârtie albe distribuite participanților, sau pe chestionare speciale prețipărite cu spațiu pentru răspunsuri sau prin colectarea diferitelor reflecții în plen și folosind un poster). a sugerat să se prezinte punctul 17 ca un singur formular de completat și, ulterior, să comenteze împreună.

În cazul în care întrebările sunt administrate individual printr-un chestionar, este necesar să se prevadă prezentarea și colectarea răspunsurilor în grup. Dacă întrebările sunt abordate în grupuri mici de lucru, poate exista un rezumat final în plen de către un purtător de cuvânt pentru fiecare subgrup. Dacă întrebările sunt în schimb analizate sub formă de adunare, răspunsurile și reflecțiile pot fi colectate pe postere pentru a le împărtăși grupului.

INTREBARI PERSONALE

1. Ce înseamnă, din experiența ta, să fii mamă/tată?
2. Care crezi că sunt abilitățile/resursele necesare pentru a fi mamă/tată?
3. Cât de susținător a fost celălalt părinte?
4. În opinia dumneavoastră, care a fost cea mai mare dificultate cu care v-ați confruntat de când ați devenit mamă/tată?
5. Care au fost preocupările tale? (probleme de sănătate, excluziune socială, o lume prea dificilă...)

6. Cine ți-a permis să te schimbi sau să mergi mai departe, ce factori te-au ajutat?
7. Cine te-a împiedicat cel mai mult în rolul tău de părinte încă de la început? Facand ce?
8. Când te gândești la viitorul copilului tău, ce te îngrijorează cel mai mult?
9. Te-ai gândit deja ce resurse ai putea pune în aplicare pentru a preveni temerile tale să devină realitate?
10. Există cineva pe care știi pe care să te poți baza cu adevărat astăzi? Cineva care te sprijină în meseria ta de părinte? Dacă da, ce faci?
11. Există cineva în rețeaua ta de socializare care te critică, care te face să te simți inconfortabil și inadecvat ca părinte? Dacă da, poți să-mi dai un exemplu de critică pe care ai făcut-o și care te deranjează în mod deosebit?
12. Există cineva în rețeaua ta de socializare cu care intri adesea în conflict (pe care ești supărat chiar dacă nu-l arăți)? Dacă da, poți să-mi dai un exemplu despre tipul de conflict pe care îl ai cel mai des?
13. Când ai nevoie să te odihnești, să te relaxezi sau să te revigorezi, ce faci de obicei? Îmi poți da două exemple?
14. Ce activități ați dori să faceți? Crezi că e posibil să le faci? Ar fi o idee bună?
15. Poti sa-mi spui doua lucruri pe care tie si copilului tau iti place in mod deosebit sa le faci impreuna, o activitate care va place amandoi?
16. Care este cea mai frumoasă amintire pe care o ai despre momentele petrecute cu copilul tău?

Verificare rapida

Doi jucători stau unul față în față și se privesc în ochi. Au un minut să se privească cu atenție și să memoreze cât mai multe detalii. În cele din urmă, este examinată capacitatea lor perceptivă și mnemonică. Ambele se rotesc la 180°, astfel încât să fie umăr la umăr. Își amintesc modelul șosetelor celuilalt? Sau dacă pantalonii acestui tip au dungii negre și albastre sau negre și verzi? Întrebările sunt gândite de ceilalți membri ai grupului și adresate pe rând celor doi jucători. Pentru fiecare răspuns corect jucătorul în cauză primește 1 punct.

Ghicatori pe spate

Acesta este un joc foarte iubit în care trebuie să ghiciți oameni, profesii, animale sau obiecte. Grupul pregătește împreună atâtea cărți cu cuvintele de ghicit câte participanți sunt. Cărțile sunt așezate cu susul în jos pe o masă. Fiecare participant ia unul. Liderul jocului lipește cartea trasă pe spatele fiecărui jucător cu bandă adezivă. Jucătorul însuși nu are nici cea mai mică idee ce cuvânt poate fi citit acolo. Primul candidat se plasează în centrul unui cerc și se întoarce în jurul său la 360°. Coechipierii din jur citesc cuvântul de pe spate și orice întrebare ar pune jucătorul din centru, ei trebuie să răspundă doar cu un da sau nu. Jucătorul din centru va încerca de fapt să ajungă la soluție punând întrebări inteligente. Dacă reușește să ajungă la soluție în acest termen, primește aplauze calde. Pot fi adresate maxim 5 întrebări.

Plimbarea

Este o tehnică care, folosită în sine, permite grupului să experimenteze concentrarea asupra propriei experiențe corporale. Poate fi folosit însă și ca auto-introducere sau ca pas inițial, ca bază pentru multe dintre situațiile propuse în faza de încălzire a jocurilor. Liderul invită întregul grup să se răspândească în spațiul disponibil și mai ales să înceapă să meargă și, în același timp, să se concentreze asupra lor. Fiecare poate deveni astfel conștient de propriul mod de a se mișca, de ritmul pașilor, de respirația, de echilibrul personal, de schimbarea greutateii, de echilibrul membrelor și așa mai departe.

Eu sunt și el/ea este

Grupul stă în cerc. Manipulatorul începe runda rostindu-și numele; fiecare participant ulterior trebuie la rândul său să se prezinte cu propriul nume și să repete pe cel al tuturor celor precedați, cu formula „Eu sunt...el/ea este... etc. Jocul se termină când runda este încheiată. Este un simplu joc de prezentare, util atunci când membrii grupului nu se cunosc încă.

Adjectivele

Liderul grupului invită fiecare participant pe rând și se definește pe sine și pe fiecare alt membru al grupului cu un singur adjectiv. Fiecare persoană primește așadar atâtea adjective câte subiecți alcătuiesc grupul, plus

ale lor. Această fază poate fi urmată de o discuție de grup. Joc tradițional din prima sesiune a unui grup. Joc tradițional al primei sesiuni a unui grup de întâlnire, oferă membrilor grupului posibilitatea de a se cunoaște. Cu toate acestea, poate fi folosit și ca exercițiu pentru a obține feedback în faza finală a întâlnirii de grup; în acest caz, jocul în sine acționează ca o restituire a experienței de grup.

Daca as fi fost...

Grupul se aranjează într-un cerc, iar liderul invită un voluntar să stea în centru și să-i întrebe pe fiecare dintre ceilalți membri: „Dacă aș fi... ce.... Aș fi....?” desenând categorii din fiecare gen existent (animale, plante, oameni celebri, cărți, cântece, filme și așa mai departe). Puteți folosi o singură categorie, apoi toată lumea oferă o variație a temei sau schimbă categoria cu fiecare întrebare nouă. În timpul răspunsurilor grupului, subiectul din centru nu poate răspunde. Jocul poate fi repetat de câte ori există voluntari. La sfârșitul rundelor de întrebări, începe discuția de grup. Este un joc creativ și distractiv care permite celor care pun întrebările să învețe cum le percep alții, iar celor care răspund să-și exprime mai ușor impresiile, grație simbolizărilor.

Podul

În acest joc liderul îndrumă grupul, descriind spațiul unei mansarde mari, plină de trunchiuri. Participanții trebuie să deschidă cuferele, să-și imagineze că găsesc obiecte semnificative din trecutul lor, chiar și din trecutul lor îndepărtat (din copilărie), să le ia unul câte unul, să le mimeze și să le pună înapoi în portbagaj la sfârșit. La sfârșit grupul se reconstituie într-un cerc și fiecare spune grupului ce obiecte au găsit și care au fost senzațiile și emoțiile lor. Este un exercițiu foarte flexibil, care poate fi efectuat individual, și poate da naștere la reprezentări comune.

Obiectul care circulă

Toți participanții se aranjează în cerc, stând unul lângă altul, cu fețele întoarse spre centru. Exercițiul începe cu solicitarea liderului către un participant să-și imagineze un obiect concret și, fără să declare ce este, să-l țină făcând mâinile să-și asume poziția cerută de obiectul însuși, fără a-l mima dar acordând importanță formei, dimensiunilor și greutății. Toată lumea ia obiectul din mâinile partenerului din stânga și trece același obiect în dreapta lor. Exercițiul continuă până când obiectul ajunge la persoana care a început runda. Toți membrii grupului trebuie să respecte instrucțiunea de a nu folosi cuvântul: numai în a doua fază fiecare participant declară grupului pe care a trecut, la rândul său. După prima rundă, se poate propune o a doua rundă ca variantă în care fiecare participant, prin trecerea obiectului imaginar, îi atribuie acestuia un adjectiv care permite să fie caracterizat fără a-i dezvălui complet identitatea. Exercițiul se încheie cu împărtășirea experiențelor, moment în care poți interveni liber și poți exprima, dacă dorești, idei și emoții legate de exercițiu.

Povestea circulară

Acesta este un joc utilizat pe scară largă în tehnicile de grup, care poate fi potrivit și în faza de încălzire și din care se poate extrage material pentru o performanță ulterioară. Grupul se așează în cerc, iar liderul îi cere unuia dintre participanți să înceapă să spună o poveste ca și cum ar fi un basm și la un anumit moment se oprește pentru a da cuvântul partenerului din apropiere. Acesta din urmă preia povestea din punctul în care s-a oprit, încercând să o continue un timp, apoi, la rândul său, transmite cuvântul partenerului din apropiere și așa mai departe până la completarea întregului cerc. Odată ce povestea este încheiată, grupul trece la faza de împărtășire.

Ca variantă, liderul poate propune și tema în jurul căreia grupul trebuie să construiască povestea; în acest caz, povestea care se desprinde este probabil mai puțin legată de dimensiunea fantastică și mai mult de cea a grupului. O altă variantă, mai clar centrată pe obiectivele de stimulare a creativității, constă în atribuirea unui cuvânt cheie fiecărui participant: la rândul său, fiecare trebuie să-l introducă în propria secțiune a poveștii.

Insula

Liderul are grupul distribuit pe întreaga zonă disponibilă și într-o primă fază îi ghidează în următoarea fantezie: grupul se află la bordul unei nave avariate, instrumentația de bord este avariata și nu este posibilă lansarea unui SOS. Pentru a ajunge în siguranță pe o insulă din apropiere, trebuie să abandonați nava cât mai

curând posibil, dar fiecare participant poate lua doar un obiect; prin urmare, trebuie să decidă imediat care dintre ele și să încerce să-și salveze viața. În a doua fază trecem la reprezentare și apoi încheiem cu împărțirea obișnuită. În această versiune este mai presus de toate posibil să reflectăm asupra alegerilor personale ale participanților, și deci asupra semnificației simbolice legate de obiectul pe care fiecare îl aduce cu ei.

Casa în flăcări

Cu acest joc scurt, participanții pot descoperi ce le pasă cel mai mult la ceea ce dețin. După ce îi pune pe participanți să se întindă în cea mai confortabilă poziție posibilă, liderul verbalizează următoarea fantezie: „imaginați-vă că vă întoarceți acasă dintr-o excursie. Imediat ce intri pe strada casă observi că din ea iese fum: ia foc! Cu mare dificultate reușești să intri în casa pentru a încerca să salvezi câteva lucruri importante. Ce ai vrea să salvezi câteva lucruri importante. Ce ai vrea să salvezi la fiecare obstacol? Du-te, uită-te în jur și decide ce contează cel mai mult pentru tine. Acum uită-te bine la ceea ce ai salvat: ce înseamnă pentru tine? De ce ai ales-o?...”. Numai în acest moment liderul cere grupului (pe rând) să spună ce a salvat.

Barometrul valorilor

această activitate servește la reflectarea asupra unor valori, atitudini și comportamente din viața fiecăruia. Participanții sunt invitați să se plaseze în spațiul disponibil în funcție de faptul că sunt de acord sau nu cu unele propoziții stimul (enumerată mai jos), poziționându-se într-o parte sau cealaltă a camerei. Acest joc este folosit pentru a încuraja discuția, reflecția și respectul pentru problemele importante.

Puteți alege dintre câteva dintre aceste declarații:

- Un copil care nu respectă regulile poate fi pedepsit
- Este în regulă să te îmbufnești la un copil dacă el sau ea se poartă prost
- Trebuie să-i recompensăm pe cei care respectă regulile comune
- A avea o rutină familială (organizată în momente și activități care trebuie desfășurate) ajută la o viață liniștită, deoarece copiii știu întotdeauna la ce să se aștepte
- Ambii părinți trebuie să aplice aceleași reguli cu copiii, în interiorul și în afara familiei
- Este ușor să vorbești despre emoțiile tale în familie
- Părinții ar trebui să discute des despre emoțiile copiilor lor
- Atâta timp cât sunt tineri, este ușor de înțeles emoțiile copiilor
- Părinții trebuie să încerce să-și împiedice copiii să experimenteze emoții neplăcute
- Când un copil este supărat, cel mai bun lucru de făcut este să-l ignori
- Părinții trebuie să fie capabili să se pună în locul copiilor, să înțeleagă ce gândesc și ce emoții simt
- De multe ori ne simțim frustrați când ne confruntăm cu plânsul insistent al copiilor noștri
- Comunicăm mult mai mult prin exemplu decât prin cuvinte și acest lucru este valabil și pentru copii
- Părinții trebuie să-și arate dragostea față de copiii lor (de exemplu, sărutându-i, îmbrățișându-i, spunându-le „te iubesc”, etc.), chiar și atunci când se poartă urât.
- Părinții trebuie să găsească timp pentru a se dedica experiențelor pozitive cu copiii lor (de exemplu, râsul, jocul, citirea lor și cu ei, realizarea de activități în afara casei etc.)
- Este mai bine să nu te asociezi cu familii care au moduri diferite de educare decât ale tale
- Nimeni nu poate învăța un părinte să își îndeplinească rolul educațional
- A fi părinte astăzi este foarte diferit de acum zece ani
- A avea probleme nerezolvate cu părinții tăi poate avea efecte negative asupra relației tale cu copiii tăi
- Trebuie să vorbești cu partenerul tău despre ceea ce crezi despre copiii tăi, cum să te comporți în preajma lor și ce simți pentru ei
- Internetul este un instrument bun pentru a învăța despre gestionarea problemelor familiale

Fotolimbajul

Este folosit pentru a face fiecare participant să exprime emoțiile legate de viața de familie. Promovați cunoștințele și armonia între toți membrii grupului. Sunt căutate și proiectate sau distribuite pe podea 50 de imagini cuprinzând peisaje, chipuri, momente de viață relațională care pot exprima diverse stări de spirit.

Încetul cu încetul, trebuie să spun participanților ce imagini preferă, ce evocă în ei și ce experiențe îi readuc sau se pot conecta la viața de familie.

Cumpără-mi emoția

Participanții sunt împărțiți în două sau mai multe grupuri egale numeric (5 sau mai multe per grup). Fiecare grup va avea sarcina de a identifica o emoție caracterizată de obicei ca neplăcută (tristețe, frică, dezgust, furie) și de a o prezenta celuilalt grup, evidențiind-o. aspectele funcționale și pozitive de parcă ar fi pe piață. Le pot scrie pe o bucată de hârtie și apoi alege 1 sau doi vânzători.

După ce a făcut o listă cu lucrurile pozitive, fiecare grup va avea la dispoziție 3 minute pentru a „vinde” caracteristicile ca pe piață. Membrii celeilalte echipe pot pune ulterior întrebări pentru a evidenția aspectele neplăcute și nefuncționale pe care ceilalți le pot contracara.

Această activitate își propune să antreneze copiii să găsească aspecte pozitive și plăcute în comparație cu emoțiile caracterizate de obicei ca neplăcute și neplăcute; în plus, îi antrenează în dezbateri și comparație.

Târgul pozitiv

Participanții (toți sau voluntari, în funcție de numărul de participanți) trebuie să se gândească la un obiect pe care trebuie să-l vândă la târg. Obiectul poate fi absolut inventat și fantastic. Ei trebuie să-i descrie caracteristicile fără să spună niciodată aspectele negative sau să folosească cuvintele nu și nu.

Odată terminată expoziția, unul sau mai mulți voluntari îi pot adresa vânzătorului întrebări pentru a-l determina să spună nu.

De exemplu, acest produs este foarte scump? Este rău pentru sănătate? Vânzătorul trebuie să aibă grijă să nu răspundă cu nu sau nu. Altfel pierde. (fiecare vânzător trebuie să răspundă la cel puțin 5-6 întrebări). Exercițiul ne face să reflectăm de câte ori să descriem aspectele pozitive, le negăm pe cele negative.

Scurtmetraje animate despre abilitățile parentale

Materialul audiovizual a fost întotdeauna un instrument valoros și eficient de formare, deoarece în doar câteva minute reușește să capteze atenția și implicarea interlocutorului. Piper vizibil și online

<https://www.youtube.com/watch?v=lkQTe0Wdo2k>

După vizionare, puteți împărtăși gânduri și emoții despre ceea ce a stârnit videoclipul în toată lumea.

Joc de a ne cunoaște despre cuplu

Motivați partenerii să descopere bogăția și frumusețea formării unui cuplu. Sunt jocuri și foi de lucru ușor de utilizat, în care participantul este invitat să completeze și să aprofundeze anumite secvențe de întrebări sau piste de antrenament. Ca întotdeauna, la sfârșitul fiecărui exercițiu poți împărtăși experiențele tale și diferitele elaborări cu partenerul tău sau între membrii unui grup de antrenament.

Textul cardului:

- 3 aspecte pozitive sau negative ale cuplului
- 3 valori personale și cele ale cuplului nostru
- O realizare personală și de cuplu
- Mă apreciez pe mine și pe partenerul meu
- 3 amintiri speciale din viața de cuplu

Joc de învățare reciprocă despre emoții

Următoarele propoziții sunt proiectate sau scrise pe bucăți de hârtie, fiecare participant ia câte 1 și răspunde. Dacă într-un grup mic, pot răspunde fiecăruia individual și apoi să împărtășească ceea ce au scris.

Textul cardului:

- Emoțiile pe care mi-e cel mai greu să le accept
- Emoția care mă reprezintă cel mai mult este...
- Emoția pe care mi se pare cel mai greu de exprimat este...
- Emojis-ul pe care îl folosesc cel mai mult este...
- Emoția despre care aș vrea să aflu mai multe este...
- Emoția pe care aș dori cel mai mult să o blochez este...

Joc de învățare reciprocă despre comunicare

Următoarele propoziții sunt proiectate sau scrise pe bucăți de hârtie, fiecare participant ia câte 1 și răspunde. Dacă într-un grup mic, pot răspunde fiecăruia individual și apoi să împărtășească ceea ce au scris. Textul cardului:

- Mijloacele de comunicare pe care le folosesc cel mai mult este...
- Pentru mine, comunicarea este...
- Persoana pe care o ascult cel mai mult din familia mea este...
- De obicei nu ma simt inteles...
- Persoana care mă ascultă cel mai mult în familie este...
- Când ascult subiectele care mă interesează cel mai mult sunt...
- Cele trei dificultăți pe care le întâmpin cel mai mult când ascult...
- În copilăria mea, persoana care m-a ascultat cel mai mult a fost...
- Care este diferența dintre a asculta și a auzi o persoană?
- Ce canale de comunicare folosesc cel mai mult?

Un chestionar de cunoaștere reciprocă despre emoții

Puteți oferi un card sau chiar proiectați întrebările pe un ecran. Sau folosiți Mentimeter (<https://www.mentimeter.com>) sau alte aplicații care vă permit să interacționați prin intermediul smartphone-ului. (precum și Google Forms). Deci putem proiecta rezultatele grupului

- 1) De la 1 la 10, cât de mult evaluezi capacitatea ta de a recunoaște emoțiile?

RECUNOAȘTE EMOȚIILE = a ști să numești, să asociezi un sens cu o expresie emoțională, mai ales în limbajul corpului.

- 2) De la 1 la 10, cât de mult evaluezi capacitatea ta de a-ți exprima emoțiile?

EXPRESIA EMOȚIONALĂ = folosirea gesturilor pentru a exprima mesaje emoționale non-verbale, a demonstra implicare empatică, a exprima emoții și a folosi vocabularul emoțional.

- 3) De la 1 la 10, cât de mult evaluezi capacitatea ta de a înțelege emoțiile?

ÎNȚELEGEREA EMOȚIONALĂ = discernământul propriilor stări emoționale, discernământul stărilor emoționale ale altora, dând sens a ceea ce experimentăm emoțional.

- 4) De la 1 la 10, cât de mult evaluezi capacitatea ta de a-ți regla emoțiile?

REGLARE EMOȚIONALĂ = face față emoțiilor negative și pozitive sau situațiilor care le trezesc, „supra-reglând” strategic experiența și exprimarea emoțiilor.

Inventarul regulilor familiei

Este un exercițiu în care părinții și copiii pregătesc împreună o listă comună a principalelor reguli care trebuie respectate în timpul activităților zilnice normale. După ce a fost scris, ești invitat să așezi textul acasă, într-un loc vizibil tuturor. Activitatea poate fi integrată cu ajutorul desenelor realizate de minori, fotografii, utilizarea simbolurilor și/sau a culorilor pentru a o face mai vie și mai interesantă.

Reguli în familie

Este o propunere de instruire cu ajutorul unei liste de reguli de familie, deja întocmite anterior, unde părintele identifică 4 reguli pe care le consideră de importanță fundamentală, explică motivele și stabilește sancțiunea oricărei încălcări. Apoi identifică alte 3 reguli cu privire la care, atunci când acestea trebuie respectate, se confruntă cu dificultăți, disconfort și conflict cu alți membri ai familiei. Și în final, identifică 4 reguli cu care toți cei din familie sunt de acord, explică motivul și transcrie, pentru fiecare, sancțiunea împărtășită de diverșii membri, dacă cineva o încalcă.

Citiți situațiile și introduceți cauza conflictului

Sunt proiectate situațiile și participanții sunt invitați să identifice cauza. Urmează comparația.

De fiecare dată când Mario încearcă să-și împărtășească îngrijorările cu privire la munca lui soției sale Francesca, ea îl slăbește și îl atacă spunând: „ca întotdeauna, lași pe toți să te împingă; nu ești în stare să-ți înfrunți colegii și de aceea toată lumea profită pentru că ești prea îngăduitor.”

CAUZĂ _____

Elena petrece ore întregi pe telefonul mobil cu prietenii ei. Când mama ei o vede pe canapea râzând și stând de vorbă cu colegii de clasă, începe să o mustre că a stat prea multe ore pe mobil și spune: „pe vremea mea ne întâlneam în curți să vorbim cu prietenii. Nu am petrecut toate aceste ore făcând prostia asta pe canapea”. Elena începe să pufnească și să-și dea ochii peste cap.

CAUZĂ _____

La serviciu, Andrea observă că unul dintre colegii lui iese să facă cumpărături după ce a intrat. Andrea merge la superiorul său pentru a raporta ce s-a întâmplat. Ulterior, colegul său îl atacă și între cei doi începe o ceartă/ceartă.

CAUZĂ _____

Giulio și Mattia sunt doi frați. Mattia, fără să-i ceară voie lui Giulio, își ia hanoracul preferat din garderobă pentru a ieși cu prietenii. Întorcându-se acasă, Giulio observă că Mattia poartă hanoracul și că l-a murdărit. Începe să țipe și nu înțelege de ce de fiecare dată când iese cu prietenii îi ia ceva din dulap.

CAUZĂ _____

ÎN CLASĂ Giuseppe lucrează într-un grup la o cercetare de istorie. Profesorul, trecând printre birouri, îi spune lui Giuseppe: „ca întotdeauna, te porți ca un prost și nu te implici și nu deranjezi restul grupului”. Giuseppe se simte judecat pe nedrept, se ridică și, fără să-i ceară voie, iese din clasă spunând „ea m-a vizat și orice se întâmplă în clasă după ea este vina mea”.

CAUZĂ _____

Alessandro a studiat toată după-amiaza pentru a se testa la matematică pentru a recupera o notă anterioară proastă. A doua zi dimineata descoperă ca colegii sai au hotarat sa nu intre si in fata portii incep sa-l bata joc de el si il ameninta spunandu-i: „esti tocilarul obisnuit. Dar de data asta dacă intri te punem să plătești!”. Alessandro este sfâșiat de ce să facă.

CAUZĂ _____

Luca se ceartă cu soția sa Martina pentru că astăzi în birou a primit un telefon de la școală care îi reamintește că nu a plătit taxa de cantină. Martina uitase să-i spună lui Luca că un aviz de plată pentru cantina școlii sosise cu câteva zile mai devreme.

CAUZĂ _____

Giorgio este foarte ocupat să termine o treabă importantă pentru managerul său de birou, are puțin timp să o livreze atunci când primește un telefon care îi oferă să treacă la alt operator de telefonie cu un mare avantaj economic; Fără să se gândească prea mult acceptă. După câteva zile, Giorgio descoperă că, pentru a activa noua ofertă, trebuie să plătească o taxă care nu i-a fost comunicată. Apoi sună la compania de telefonie pentru a se plânge de necinste, dar operatorul call center reiterează că trebuie să plătească o taxă pentru a se retrage din contract. În acel moment Giorgio își pierde complet răbdarea și se înfurie și atacă persoana.

CAUZĂ _____

Monica este în dispută cu familia de origine și nu a mai vorbit cu părinții ei de ceva vreme. Monica are doi copii mici și nu știe cui să ceară ajutor și sprijin în gestionarea lor. El crede că, ca întotdeauna, părinții lui se gândesc doar la ei înșiși.

CAUZĂ _____

Seara, în timpul cinei, tatăl Tiziano ar dori să urmărească știrile, dar mama Francesca ar vrea să vadă telenovela ei preferată; fiul preadolescent, Jacopo, vrea să urmărească videoclipurile sale preferate pe Youtube în timp ce sora sa mai mică Valentina ar dori să se uite la desene animate. În fiecare seară, înainte de cină, încep să se certe aprins, fiecare spunând că niciodată nu e loc pentru lucrurile lor și nu vor să vadă

prostia programelor altora. De obicei, discuția duce la faptul că fiecare ia cina pe cont propriu, văzând ce preferă: tata în sufragerie, mama în dormitor, Jacopo pe telefonul mobil și Valentina pe tabletă.

CAUZĂ _____

Pescuiți pentru o emoție

Desenați o emoție din pachetul de cărți imprimat și spuneți o experiență personală legată de aceasta.

Se zvonește că...

de rol constă într-un joc de rol în care intervin memoria, comunicarea și interpretarea unui rol .

Voluntarii care vor lua parte la joc sunt 6 participanți care, pe rând, vor trebui să transmită toate informațiile unuia dintre ceilalți 5 voluntari care va trebui să-și amintească cât mai multe informații și să le transmită celor care vin după ei. Primul va trebui să citească/asculte povestea și să joace un rol, ceilalți din public vor trebui să noteze lucrurile care sunt uitate sau adăugate și despre modul în care fiecare dintre personaje reușește să se încadreze în rol. bine și adaptează povestea în funcție de rol.

Voluntarii vor rămâne în plen când se prezintă livrarea și se atribuie rolurile, după ora 5 vor intra în sala de grupă; primul va rămâne în plen când va fi citită povestea, iar ceilalți 5 vor fi chemați pe rând pentru a intra în sala de ședințe când le va veni rândul să asculte povestea de la partenerul lor pe care apoi să o spună următorul voluntar.

Fapte:

Michele este un baiat inalt cu parul blond si cret, de 17 ani, este student la 4C, ramura experimentală. Mama lui este unul dintre membrii personalului de secretariat al școlii.

Michele, într-o zi de săptămâna trecută, în timp ce afară ploua foarte tare și nu se putea ieși la recreere pentru a cumpăra o gustare la chioșcul obișnuit „Bătășea infinită”, a inventat un fel de afacere.

Cu puțin timp înainte de pauză de la ora 11.10, a mers la automatul de gustări și băuturi și a cumpărat multe produse, printre care:

- 10 copii bun ,
- 7 tarte
- 11 pachete de chipsuri rustice
- 5 copii delice

Michele a fost întotdeauna un băiat întreprinzător și ingenios, dar de data aceasta poate a exagerat puțin, vânzând gustările la un preț mai mare colegilor de clasă și obținând un profit net de 15,60 €.

Faptul a fost un gest dat initial de spiritul antreprenorial al tanarului. Mai târziu, însă, s-a auzit vestea la școală și Michele riscă să primească un avertisment sau suspendare pentru că a profitat de situație.

Vocea trece de la elevi, la portar, la profesori, până la directorul care cheamă părinții.

Carduri de feedback final

Pentru a-i ajuta pe participanți să reflecteze asupra drumului pe care tocmai l-au parcurs, dar mai ales asupra percepției lor prezente și viitoare, pe podeaua clasei sunt amplasate foi de hârtie A4 cu următoarele scrieri: SIMT, AM NEVOIE, VREAU, AȘ DOREA. , MI-E TEAMĂ. Fiecare dintre participanți va avea liber sarcina de a completa propozițiile, pornind de la intrările oferite, hotărând personal succesiunea de urmat.

Ce las și ce iau cu mine: la finalul activităților, în timpul ultimei întâlniri, participanții, stând în cerc, vor fi invitați, pe rând, să ajungă în centrul grupului, să lase o emoție , o amintire, o imagine sau un gând și ia o alta cu ea. (vezi fișele atașate).

Mai mult sau mai puțin

O variantă a jocului anterior este de a înviora exercițiul prin definirea cu un adjectiv precedat de mai mult sau mai puțin cum ar dori toată lumea să fie persoana plasată în centru: mai relaxată, mai puțin opozițională, mai interesată, mai puțin distrasă etc. Jocul trebuie jucat rapid, iar persoana din centru trebuie să asculte în tăcere ceea ce i se spune.

Dacă grupul ar fi...

Participanții stau în cerc. Gazda pune prima întrebare: „Dacă grupul ar fi..... Acea..... Ar fi?”, alegând orice fel de categorie, concretă sau abstractă, reală sau fantezie. De exemplu, poți întreba „dacă trupa ar fi o melodie, ce melodie ar fi?” sau „dacă grupul ar fi un cuvânt, ce cuvânt ar fi?”. Mai întâi întrebarea poate fi adresată oricărui dintre membrii grupului din care fiecare își va da răspunsul, sau doar primul răspunde, care va formula o nouă întrebare pentru partenerul din dreapta sau din stânga lui. După ce va răspunde, va pune o a treia întrebare și tot așa, până când toată lumea va da cel puțin un răspuns. La final, trecem la o discuție de grup despre ceea ce a apărut. Joc foarte flexibil în conținut și metode de aplicare, vă permite să reflectați asupra reprezentărilor și fanteziilor pe care participanții le au cu privire la grup, oferind și informații importante liderului.

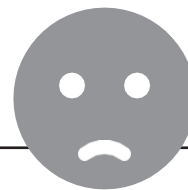
O posibilitate este să acordați o singură sarcină, de exemplu: „dacă grupul ar fi o metaforă” și să permiteți fiecăruia dintre participanți să-și propună propria idee. La sfârșitul discuției puteți alege cea mai populară metaforă pentru a o reprezenta. Următorul joc este, de asemenea, construit pe aceeași schemă.

EVALUARE MODUL/Întâlnire



COSA HA FUNZIONATO

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____



COSA NON HA FUNZIONATO

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____



COSA HO IMPARATO

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____



COSA NON HO CAPITO/VORREI APPROFONDIRE

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

CARDURI DE FEEDBACK TREBUIE FOLOSITE LA SFÂRȘITUL FIECĂRII ÎNTÂLNIRE

Pentru a scrie pe bucăți de hârtie și a trage la sorți sau a proiecta și a cere fiecărui participant să aleagă una și să o comenteze

MI SENTO

CHIEDO SCUSA A

DESIDERO

HO PAURA

HO BISOGNO

VORREI

Il momento più bello di questo incontro...

Il momento più difficile di questo incontro...

Il momento in cui mi sono sentito bene in questo incontro...

Il momento in cui mi sono sentito a disagio in questo incontro...

Il momento in cui mi sono arrabbiato in questo incontro...

Il momento in cui mi sono sentito ascoltato veramente in questo incontro...

Il momento in cui ho ascoltato con più attenzione in questo incontro...

Il momento in cui mi sono sentito più sincero in questo incontro...

Il momento in cui mi sono commosso in questo incontro...

Il momento in cui ho avuto paura/timore in questo incontro...

Jurnalul unei zile de antrenament

Dimineața: _____

(nume optional)

Trei adjectivele cu care ai descrie Acolo zi:

În acest zi formativ aveți descoperit/inclusiv:

Impactul Și Acolo relație cu The antrenor Și a fost:

The climatul de grup între participanți este stat:

THE momente în care aveți a lucrat Mai bine eu sunt State:

The elemente De deranjez eu sunt State:

Pe de bază a experienței Terminat, cel sugestii Acea ai vrea oferi Eu sunt:

CHESTIONAR DE EVALUARE

Data _____

Care sunt principalele motive care v-au împins să participați la grup/curs? (maximum 2 raspunsuri)

<input type="checkbox"/> Pentru Nu stau Singur cu Ale mele problema	<input type="checkbox"/> De ce Nu stiam Mai mult Ce Do
<input type="checkbox"/> Pentru curiozitate	<input type="checkbox"/> De ce pe mine ei au obligat
<input type="checkbox"/> Pentru Ajutor The alții	<input type="checkbox"/> De ce pe mine Și stat propus (din corp, parohie...)
<input type="checkbox"/> Pentru nevoie De Instruire	<input type="checkbox"/> Alte:

Acolo prima dată când ai participat la grup/curs, care erau lucrurile pe care le căutai? (1= puțin 6= mult)

1 Întâlnește alții în în sine situație	1	2	3	4	5	6
2 Înțelegerea Și a sustine	1	2	3	4	5	6
3 Dobândiți instrumente	1	2	3	4	5	6
4 Informații Și stat	1	2	3	4	5	6
5 Agregare Și solidaritate	1	2	3	4	5	6
6 Găsiți A intim relație cu de sine înșiși	1	2	3	4	5	6
7 Să ne cunoaștem Mai mult la fund	1	2	3	4	5	6
8 Schimbați ceva De de sine	1	2	3	4	5	6
9 Invățare la față Și administra cel Probleme	1	2	3	4	5	6
10 Înțelege Mai bine cel componente de la familie	1	2	3	4	5	6
11 Găsiți sau găsi A intim relație cu niste componente de la familie	1	2	3	4	5	6
12 Schimbare niste comportamentelor De niste membrii de la familie	1	2	3	4	5	6

Cum evaluezi modulul/întâlnirea de formare în ansamblu?

(de la 1 = nesatisfăcător la 5 = satisfăcător – bifați un număr).

①	②	③	④	⑤
---	---	---	---	---

În ce măsură ți-au fost îndeplinite așteptările?

(de la 1 = nesatisfăcător la 5 = satisfăcător – bifați un număr)

①	②	③	④	⑤
---	---	---	---	---

Ce așteptări aveți de la următorul modul/întâlnire? (maxim 3 raspunsuri)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Mai multă teorie (concepte model...)
<input type="checkbox"/> Mai multă concretețe (exemple, experiențe...)
<input type="checkbox"/> Mai multe exerciții (experimentare activă) externi | <input type="checkbox"/> Un ritm mai rapid
<input type="checkbox"/> Mai multă coeziune de grup
<input type="checkbox"/> Mai multe intervenții ale martorilor |
|--|--|

Mai multe instrumente operaționale

Mai mult material

Un ritm mai relaxat Altele: _____

Cum apreciați climatul de lucru?

(de la 1 = negativ la 5 = pozitiv – încrușișează un număr).

①	②	③	④	⑤
---	---	---	---	---

Încredere în abilitățile copiilor tăi

Înainte de intalnire

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Dupa intalnire

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

După participarea la aceste activități de formare, credeți că climatul familial va fi:

stabil mai rău mai bine

Cum considerați experiența întâlnirilor de grup?

negativ pozitiv util să fie continuat să fie modificat

Cât de important este, după părerea dvs., să aveți întâlniri de discuții cu alți părinți? (1 = pentru nimic 6 = foarte foarte mult)



























1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Vrei să ne spui ceva despre cum a mers?



























Mulumesc pentru cooperarea ta

CHESTIONAR DE AUTOANALIZĂ DUPĂ UN CIC DE ÎNTÂLNIRI



























Capacitate De a fi A Bun mamă

Inainte de	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  
Acum	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  



























Ai încredere în capacitate a fi A bun părinte

Inainte de	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  
Acum	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  



























Capacitate De administra cel anxietăți și cel preocupări referitoare la creștere al copii

Inainte de	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  
Acum	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  



























Capacitate De ascult

Inainte de	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  
Acum	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  

Capacitate de exprimare sentimentele

Inainte de	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  
Acum	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  

Capacitate De a intelege Și decodifica cel sentimente al copii

Inainte de	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  
Acum	1  	2  	3  	4 	5  	6  	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10  

Întelegere mai bună nu numai importanța dar De asemenea căile în care un părinte poate să gestioneze momentele De conflict cu cel copil

Inainte de	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Acum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Creativitate În rezolva Probleme și/sau conflicte

Inainte de	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Acum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Instrumente Pentru interveni în creștere De a lui fiul

Inainte de	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Acum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Capacitate De a comunica Și raporta cu cel copil

Inainte de	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Acum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Capacitate De confrunta cu The alții

Inainte de	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Acum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	◆	◆	◆	◆	◆	◆	□	□	□	◆

Să plecăm de la o considerație fundamentală: nu există părinți perfecți. Pentru că nu există oameni perfecți. Asta dacă ne gândim la perfecțiune ca la absența totală a erorilor. Și greșelile, știm, sunt o oportunitate extraordinară de învățare și creștere.

A fi părinte înseamnă a face greșeli: este inerent însăși naturii de a fi părinte. Crești, te confrunți cu provocări, greșești, greșești, le repari, cauți soluții, construiești perspective, alegi, acționezi, greșești din nou.

Scopul călătoriei noastre nu este de a ajuta părinții să devină super părinți. Pentru că nu există o rețetă potrivită.

Cu toate acestea, există ingrediente, există tehnici de amestecare a acestora, există tehnici de gătit. Și fiecare rețetă este a ei.

Sarcina educatorului de abilități familiale este de a împărtăși o carte comună de rețete, cea personală, pe care toată lumea o poate păstra acasă, oferind sfaturi, reflecții și perspective.

Dar fiecare părinte va avea sarcina de a alege ingredientele pe care le va „dezvolta”.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Abilități de familie 2020-1-IT02-KA204-079081
Parteneriate strategice Erasmus + pentru adulți educație

Srijinul Comisiei Europene pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi făcută responsabilă pentru orice utilizare care poate fi făcută a informațiilor conținute în aceasta.