



## Kościół Chrystusowy w Płocku oraz Fundacja „Wychowanie bez porażek” zaprasza rodziców z miasta Płocka na BEZPŁATNE szkolenia

Realizowane są one w ramach realizacji zadania publicznego, współfinansowanego przez  
Miasto Płock pod nazwą: "Skuteczny rodzic, szczęśliwe dziecko."

Szkolenia **Trening Skutecznego Rodzica Poziom 1 i Poziom 2**, będą odbywały się w formie 14 osobowych spotkań grupowych, o charakterze warsztatowym, których celem jest umiejętne wykorzystanie procesu nauczania – uczenia się. Wymiana doświadczeń w grupie w formie dyskusji i wypowiedzi pojedynczych uczestników oraz kształt i przebieg zajęć, skoncentrowany nie tylko na procesie grupowym, ale i poszczególnym uczestniku, oparty o konkretny, przejrzysty plan zajęć, mini wykłady, odgrywanie scenek i osobiste materiały szkoleniowe, które ułatwiają nabywanie przez rodziców potrzebnych umiejętności. Pozwoli to osiągnąć jak najlepsze efekty i zyskać komfort pracy.

Warsztaty zostały stworzone przez **dr. Thomasa Gordona**, który był prekursorem szkolenia rodziców na świecie. Jego metoda została potwierdzona najnowszymi badaniami z dziedziny relacji międzyludzkich, komunikacji intra i interpersonalnej, procesów poznawczych i wniosła ogromny, realny wpływ na globalny rozwój relacji międzyludzkich na świecie. Zaowocowało to podsumowaniem jego dorobku poprzez nominację do Pokojowej Nagrody Nobla.

Ucząc rodziców, wpływamy na ich wzajemną i trwałą więź z dziećmi, nawet gdy będą nastolatkami czy dorosłymi ludźmi. Staną się dla siebie wsparciem i wzajemną podporą w dorosłym życiu. Oczywiście wpłynie to również pozytywnie na ich sposób komunikacji i budowania relacji z innymi ludźmi.

### **Trening Skutecznego Rodzica Poziom 1 Autorytet rodzicielski wg dr. Thomasa Gordona**

Nierzadko rodzice myślą, że dziecko rodzi się ze świadomością tego, iż powinno ich szanować. Jednak to nie prawda, bo to rodzice muszą wpoić dzieciom te wartości, którymi chcieliby być obdarzani. Mało tego, sami również muszą ich przestrzegać, ponieważ to od nich dzieci uczą się, najczęściej przez obserwację. Aby więc wymagać czegoś od dziecka, sami musimy dać mu przykład, że pewne rzeczy i dla nas są ważne.

Wg dr. Thomasa Gordona nie można używać autorytetu jako narzędzia przemocy, podkreśla, że w wychowaniu nie będzie trwały i skuteczny autorytet oparty na władzy, dominacji, przewadze, przymusie czy samym prestiżu. W koncepcji autora metody opartej na dialogu nie ma miejsca dla takiego rozumienia i stosowania autorytetu, bo sam dialog opiera się na autentyczności obu stron, życzliwości, otwartości i szacunku dzięki uwzględnieniu pełni praw, potrzeb, podmiotowości i godności obu stron. Autorytet zaś nie jest czymś, z czym wychowawca rodzi się, a zdobywa go w procesie budowania relacji z wychowankiem i wyłożonej pracy nad samym sobą. Mamy dziś do czynienia nie tyle z kryzysem wychowania, ile raczej z upadkiem autorytetu instytucji wychowujących i edukacyjnych. Młodzi nadal czekają na



"mistrza", czyli kogoś, kto potrafi ich zafascynować. Nie wolno więc przekreślać autorytetu rodziców.

Po co więc autorytet rodzica dla rodzica:

- aby mógł przekazywać swoje wartości;
- aby mógł kształtować postawy dziecka;
- aby mógł wzmacniać poczucie własnej wartości;
- aby mógł wpływać na modyfikowanie zachowania u dzieci;
- aby mógł chronić dziecko przed ryzykiem, zagrożeniem.

Po co więc autorytet rodzica dla dziecka:

- aby mogło się zdrowo rozwijać;
- aby mogło się uczyć;
- aby mogło zaspokajać swoje poczucie bezpieczeństwa;
- aby mogło budować i wzmacniać poczucie własnej wartości.

Na naszych warsztatach TSR1 uczymy rodziców:

- Czym jest metoda dr. Thomasa Gordona.
- Obserwacji zachowania a nie jego interpretowania, oceniania.
- Rozpoznawania źródła problemu.
- Słuchania ze zrozumieniem.
- Radzenia sobie ze złością u dzieci.
- Odkrywania i nazywania potrzeb.
- Otwartej komunikacji w celu uzyskania lepszej współpracy.
- Poszerzania obszaru bez problemów w rodzinie.
- Dzielenia się swoim doświadczeniem bez narzucania go.
- Budowania poczucia własnej wartości u dzieci.
- Zapobiegania zachowaniem ryzykownym.
- Zrozumienia wpływu rozwoju psychofizycznego na funkcjonowanie dziecka.
- Dawania przykładu.
- Stosowania umiejętności w praktyce.

## **Trening Skutecznego Rodzica Poziom 2 Rozwiązywanie konfliktów wg dr. Thomasa Gordona (wyłącznie dla absolwentów TSR1)**

Konflikty, to brzmi groźnie. Wyniesione z dzieciństwa przekonania o sporach sprawiają, że się ich boimy. Wydają się kłęską rodzinnej komunikacji, zagrożeniem, porażką i równią pochyłą do rozpadu więzi. Bywa, że za wszelką cenę stara się ich unikać i w panice lawiruje na ślepo między potrzebami wszystkich członków rodziny, gubiąc się gdzieś po drodze.

Istnieje przekonanie, że jak ludzie się kochają, to się w ogóle nie kłócą. Wychowywano nas, powtarzając, że lepiej jest odpuszczać, a osoby, które tego nie robią, które starają się, by je wysłuchano, są właśnie oceniane jako kłótlive, czyli automatycznie źle. Stawanie za własnymi prośbami postrzegano zdecydowanie jako cechę negatywną, stąd się brały również wszystkie



te powtarzane wciąż powiedzenia: „jesteś starsza – ustąp”, „jesteś mądrzejszy – ustąp”. Zostaliśmy więc na wstępie wyposażeni w lęk przed różnicą zdań.

Dziecko, które w reakcji na pomysł rodzica mówi mu „jesteś głupi”, nie zamierza go obrazić, tylko komunikuje tak naprawdę, że nie odpowiada mu sytuacja, w której się znalazło i że na tę chwilę nie ma innego narzędzia, by się obronić. Ale żeby to zauważyć, potrzeba mieć więcej zaufania do dzieci.

Ponieważ dziecięce „nie” uruchamia w dorosłych ich zranienia. Bo oni sami jako dzieci nie mogli tego robić, sprzeciwiać się, i czują lub wydaje im się, że nadal – z różnych powodów – nie mogą. Ba! Nawet się nie zastanawiali, czy coś mogli, czy nie. Było tak, jak zdecydowali rodzice, i nie było tam miejsca na żadne dyskusje. Teraz w głowie się nie mieści, że dziecko ma swoje „nie” i po prostu je wyraża.

Właśnie to, że nikt nam nie dawał prawa głosu i że ostatecznie nie podejmowaliśmy dialogu, jest jedną z przyczyn problemów ze zidentyfikowaniem i wyrażaniem własnych potrzeb czy emocji.

Wg dr. Thomasa Gordona kłótni nie można zaczynać w biegu, gdy ma się mało czasu i z góry wie się, że nie ma szans na jej dokończenie bez złości, bez oskarżania rozmówcy. Nie można po prostu powiedzieć drugiej stronie, co się czuje i jakie potrzeby zostały naruszone. Koniecznie trzeba pokazać, że nie tylko rozumie się, ale też święcie uwzględnia jej uczucia i potrzeby. Że są tak samo ważne jak i nasze. W koncepcji autora metody dialog opiera się na autentyczności obu stron, życzliwości, otwartości i szacunku dzięki uwzględnieniu pełni praw, potrzeb, podmiotowości i godności obu stron. Kłótnia w takiej wspólnocie nie jest porażką.

Na naszych warsztatach TSR2 uczyliśmy rodziców:

- Radzenia sobie z własną złością.
- Wyrażania swoich emocji w obszarze nieakceptacji.
- Reagowania bez oskarżania na nieakceptowane zachowania u dzieci.
- Stawiania granic bez uciekania się do siły czy przekupstwa.
- Oddzielania potrzeb od wymyślonych rozwiązań w celu zdefiniowania źródła problemu.
- Zrozumienia natury konfliktu potrzeb i mechanizmu jego powstawania.
- Czterech metod rozwiązywania konfliktów potrzeb.
- Sześciu strategii w celu rozwiązywania konfliktu potrzeb metodą „bez zwycięzców i bez pokonanych”.
- Czym są różnice wartości i jakie są skutki wynikające z powstałych z nich konfliktów.
- Siedmiu metod rozwiązywania konfliktów wartości.
- Dawania przykładu.
- Stosowania umiejętności w praktyce.

### Termin TSR1 w Płocku:

15.08.24. czwartek 10:00-14:00, 14:00-14:30 przerwa, 14:30-19:00

16.08.24. piątek 17:00-21:00

17.08.24. sobota 9:00-13:00, 13:00-13:30 przerwa, 13:30-18:00



**Termin TSR2 w Płocku:**

03.10.24. czwartek 17:00-21:00

04.10.24. piątek 17:00-21:00

05.10.24. sobota 9:00-13:00, 13:00-13:30 przerwa, 13:30-17:30

**Miejsce:**

Kościół Chrystusowy w Płocku, ul. Nowowiejskiego 9, 09-400 Płock

**Informacje i zapisy:**

Estera Kruczkowska 602 336 109, zapisy@wychowanie.org.pl

**Zapisy są na oba poziomy szkolenia. Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszenia.**

**Kursy prowadzą:**

**Estera Kruczkowska** i/lub **Piotr Kruczkowski** – psycholodzy, psychoterapeuci, trenerzy i superwizorzy programów metody Gordona (TSR, TSN, TSK, BNWS) z ponad 20-letnim doświadczeniem i autoryzowani Reprezentanci Gordon Training International w Polsce oraz założyciele Polskiego Centrum Edukacji Gordona. Powołali również do życia Fundację "Wychowanie bez porażek".

**Więcej o modelu Gordona na:** [www.gordon.edu.pl](http://www.gordon.edu.pl)