

Wsparcie rodzin w pandemii

Obostrzenia pandemiczne spowodowały widoczne nasilenie zjawisk niekorzystnych dla bezpiecznego funkcjonowania rodzin, takich jak np. eskalacja przemocy i konfliktów oraz awantur rodzinnych, częstsze niekontrolowane sięganie po alkohol i inne używki, przemoc, pojawiające się trudności natury emocjonalnej, trwale utrzymujący się stres, a nawet reakcje typowe dla PTSD (zespół stresu pourazowego) czyli występujące jednocześnie: intensywny lęk, poczucie bezsilności i nawet czasami przerażenie tą sytuacją, obniżenie standardu życia, zmęczenie i przepracowanie rodziców i opiekunów, osłabienie więzi z dziadkami i członkami rodziny niezamieszkującymi wspólnie oraz z przyjaciółmi.

By wspierać tych, którzy sobie nie radzą z obecną sytuacją, w jakiej się znaleźli, od lipca tego roku został uruchomiony Ośrodek Poradnictwa Rodzinnego „W rodzinie siła”. Jego zadaniem jest wspieranie rodzin zgłaszających problemy rodzinne. Pomoc udzielana jest **bezpłatnie** poprzez indywidualne konsultacje specjalistów, skierowane na szukanie rozwiązań zapewniających wzmocnienie funkcjonowania rodziny, zwiększenie kompetencji opiekuńczo-wychowawczych oraz zwiększenie umiejętności w pełnieniu ról w rodzinie i w społeczeństwie. Wsparcie udzielane przez specjalistów jest odpowiedzią na zwiększone zapotrzebowanie na wspieranie rodzin, które wystąpiło po okresie zamykania się w domach rodzin w związku z zagrożeniem epidemicznym.

Ośrodek Poradnictwa Rodzinnego został uruchomiony przez Stowarzyszenie „DZIECKO”, we współpracy z Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Gostyniu. Jego pomoc adresowana jest w szczególności do rodziców z trudnościami wychowawczymi, rodziców w kryzysie, młodzieży przeżywającej trudności związane z funkcjonowaniem w rodzinie czy w środowisku.

Szeroko rozumianego wsparcia specjalistycznego udzielają zgłaszającym się specjaliści z zakresu psychologii, interwencji kryzysowej, wsparcia dla osób krzywdzonych, terapii, pedagogiki rodziny oraz pracy z osobami nieradzącymi sobie z kontrolowaniem swoich emocji – zwłaszcza złości, czy z osobami stosującymi przemoc w rodzinie.

Ośrodek Poradnictwa Specjalistycznego jest czynny do listopada w poniedziałki i czwartki w godzinach popołudniowych od godziny 15.00 do 17.20 oraz w soboty od godz. 8.00 do 12.00 w siedzibie PCPR w Gostyniu, ul. Wrocławska 8, II poziom, pok. nr 203 i 204. Rejestracja na spotkanie ze specjalistą wymaga wcześniejszego telefonicznego umówienia się na konsultację – nr telefonu 725 167 236 (Stowarzyszenie „DZIECKO”) lub 65 572 75 28 (PCPR w Gostyniu).

Ze wsparcia mogą skorzystać osoby/rodziny zgłaszające problemy rodzinne bezpośrednio w Ośrodku Poradnictwa Rodzinnego lub kierowane przez instytucje współpracujące: sąd rodzinny, zespół kuratorów sądowych, policję, pracowników socjalnych OPS i PCPR oraz pedagogów szkolnych.

Ośrodek Poradnictwa Rodzinnego został uruchomiony w ramach projektu „**W rodzinie siła**”. Projekt uzyskał grant w konkursie „Wspieranie inicjatyw na rzecz wielkopolskich rodzin”, przeprowadzonym przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu. Dzięki temu projekt uzyskał dofinansowanie ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego w ramach otwartego konkursu ofert na realizację w formie wspierania zadań publicznych Województwa Wielkopolskiego z dziedziny pomocy społecznej w 2021 roku. Projekt jest też realizowany ze środków własnych Stowarzyszenia „DZIECKO”. Wsparcia organizacyjne udziela PCPR w Gostyniu.

Tworząc ten partnerski projekt, Stowarzyszenie „DZIECKO” przyjęło sobie za cele: wieloobszarowe wspieranie rodzin oraz uświadamianie rodzinom i specjalistom wspierającym rodziny, jakie zjawiska, w szczególności: problemy wywołane pandemią, trudności i problemy wychowawcze oraz zjawiska uzależnień i przemocy, zagrażają prawidłowemu funkcjonowaniu rodziny i jej stabilności. Celem jest także wskazanie sposobów radzenia sobie z tymi trudnościami i problemami.

Przedstawione treści wyrażają poglądy realizatora projektu i nie muszą odzwierciedlać oficjalnego stanowiska Samorządu Województwa Wielkopolskiego.

Stowarzyszenie „DZIECKO” i PCPR w Gostyniu przypominają, że aby być dobrym rodzicem, warto korzystać w trudnych sytuacjach z pomocy specjalistów. I że każda zmiana wymaga czasu.

Dobra rada

**Warto pamiętać, że ani dorośli, ani dzieci,
nie zmieniają się z dnia na dzień.**

I jeszcze kilka rad, które warto stosować, by być dobrym rodzicem:

- 1. Kochaj swoje dziecko bezwarunkowo, bo tylko taka miłość pozwala dziecku być prawdziwie szczęśliwym.**
- 2. Nieustannie buduj swój autorytet, oparty na wiarygodności i spójności między naszymi słowami i czynami.**
- 3. Bądź uważny i wrażliwy na to, co mówi Twoje dziecko, ta umiejętność stanowi podstawę prawidłowej komunikacji.**
- 4. Bądź konsekwentny, nie rezygnuj z wymagań, nawet gdy jesteś zmęczony albo gdy dziecko bardzo protestuje.**
- 5. Stawiaj dziecku jasne granice, mów i pokazuj, co wolno, a czego nie wolno robić.**
- 6. Wymagaj od siebie tego, czego wymagasz od dziecka. Jesteś dla swojego dziecka najważniejszym wzorem.**
- 7. Ustal z dzieckiem zasady, w tym też realizację obowiązków domowych, dając tym samym poczucie porządku i bezpieczeństwa.**
- 8. Planuj czas wolny, bo wspólne jego spędzanie wzmacnia więzi rodzinne i buduje dobrą atmosferę.**
- 9. Bądź sprawiedliwy, nie faworyzuj żadnego dziecka, czy to ze względu na wiek, czy płeć, bo bez względu na to, ile ono ma lat i czy jest synem, czy córką, zawsze jest Twoim dzieckiem.**
- 10. Ustal z drugim rodzicem wspólne metody wychowawcze i zgodnie je realizujcie.**
- 11. Rozwijaj się i doskonal swój rodzicielski warsztat, czytaj, szukaj, sprawdzaj i ucz się na błędach innych ludzi.**
- 12. Myśl pozytywnie, chwal swoje dziecko i wspieraj jego dobre poczynania.**
- 13. Bądź cierpliwy, konsekwentny i nie zniechęcaj się!**