



ŠEIMOS ĮGALINIMO GALIMYBĖS PUOSELĖTI VAIKŲ PSICHIKOS SVEIKATĄ

JOLITA JONYNIENĖ, dr.

psichologė, lektorė

Lietuvos sveikatos mokslų universiteto

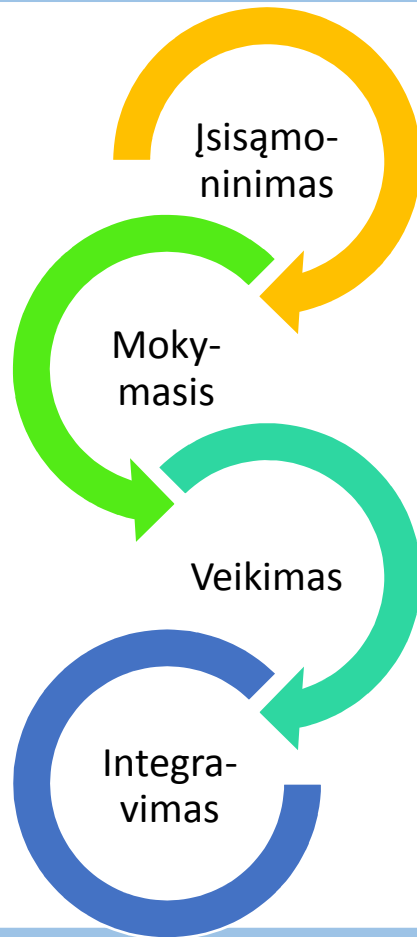
Sveikatos psichologijos katedra

Mokslinė-praktinė konferencija „*Bendruomenės vaidmuo visuomenės psichikos sveikatos problemų sprendime*“, 2015 m. balandžio 29 d., Kaunas

Šiuolaikinių šeimų iššūkiai

- Intensyvus tėvų darbo tempas ir profesinis gyvenimas už šeimos ribų;
- Sutuoktinių tarpusavio nesutarimai;
- Senstančių tėvų priežiūros iššūkiai;
- Nepakankamos žinios apie vaiko raidą ir poreikius;
- Ribotos žinios ir įgūdžiai apie pagarbus, nuoširdaus ir supratimu grįsto santykio su vaiku kūrimą;
- Programų, leidinių, TV šou tėvams pasiūla;
- Ribotas laikas sau ir atsipalaidavimui.

Šeimos įgalinimo perspektyva



Įgalinimo perspektyvos bruožai:

1. šeimos nariai yra aktyvūs ir įsitraukę;
2. įgalinimas yra procesas, išplečiantis asmeninę šeimos narių kontrolę;
3. šeimos nariai yra ne pagalbos objektai, o subjektai, galintys keisti savo gyvenimą (Tuncay, Erbay, 2008 pgl. Metiečienė, 2012).

Pagalbos šeimai perspektyva, grindžiama įsitikinimu, kad kiekviena šeima turi vidinių resursų ir gali savarankiškai priimti sprendimus.

Šeima vaiko psichikos sveikatos stiprinimui



- Besąlygiška tėvų meilė;
- Pasitikėjimas savimi ir aukšta savivertė;
- Galimybė žaisti su kitais vaikais;
- Palaikantys, drąsinantys ugdytojai;
- Pagarbus auklėjimas ir sistemingas drausminimas;
- Saugi aplinka.

Tėvų grupės - šeimos įgalinimo priemonė?

(Jonynienė, 2012)

Psichoedukacinėse tėvų grupėse siekiama:

- Atpažinti konkrečios šeimos stiprybes;
- Padėti tėvams įvertinti savo sprendimus vaiko auklėjimo atžvilgiu ir atpažinti taikomus riboto efektyvumo auklėjimo metodus;
- Suteikti tėvams žinių vaiko raidos, sėkmingų auklėjimo būdų atžvilgiu;
- Drąsinti taikyti naujas žinias ir įgūdžius realiose situacijose;
- Stiprinti tėvų pasitikėjimą savimi bendravimo su vaiku situacijose.

Psichoedukacinių programų tėvams pavyzdžiai



ŠEIMŲ
UNIVERSITETAS



STEP

Sisteminis efektyvaus auklėjimo įgūdžių lavinimas

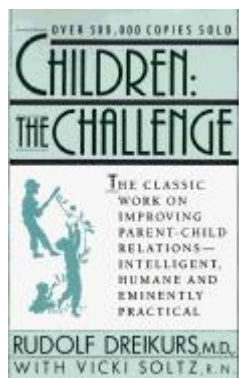
Be pliaukštelėjimų



Parent Effectiveness Training



- Angl. *Systematic Training for Effective Parenting* – Sistemingas efektyvus auklėjimo įgūdžių lavinimas
- Dr. Don Dinkmeyer Vyresnysis, dr. Don Dinkmeyer Jaunesnysis, dr. Gary McKay ir kt. (1976-1997);
+ dr. Jolita Jonynienė, dr. Roy M. Kern (2010-2014).
- 3 versijos: STEP 0-5, STEP 6-12, STEP 12-17



- 2010-2015 m. Lietuvoje:
62 programos vadovai,
192 tėvų grupės;
apie 1500 programos dalyvių.



STEP

Sisteminis efektyvus auklėjimo įgūdžių lavinimas

Vizija



laimingas, sveikas, savimi pasitikintis, linkęs bendradarbiauti ir atsakingas vaikas, augantis pagarba, nuoširdumu bei artimu bendravimu grįstoje aplinkoje.

<http://www.STEPgrupes.lt/>



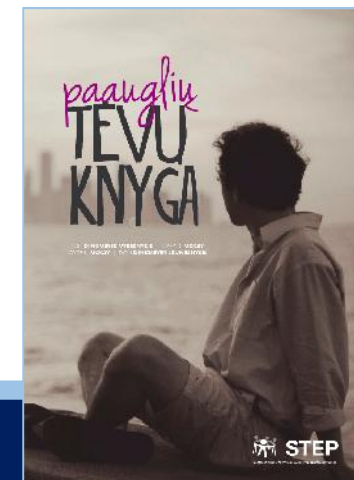
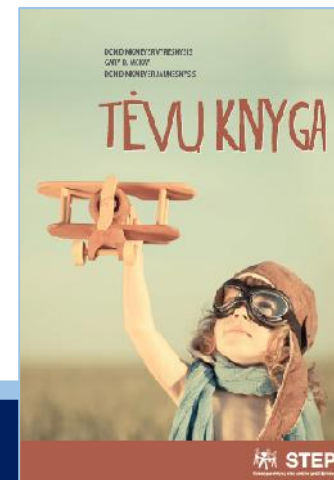
STEP

Sisteminis efektyvaus auklėjimo įgūdžių lavinimas

Tėvų susitikimas



- Diskusija mažesnėse grupelėse;
- Kasdienių bendravimo su vaiku situacijų analizė;
- Savęs pažinimo pratimai;
- Pozityvaus bendravimo įgūdžių lavinimas „čia ir dabar“.





Sisteminis efektyvaus auklėjimo įgūdžių lavinimas

STEP Efektyvumo mokslinis pagrindimas

2011-2012 m. atlikto mokslinio tyrimo duomenimis, STEP programos pabaigoje tėvai:

- turėjo daugiau žinių apie efektyvius auklėjimo metodus;
- rečiau naudojo autoritarinio ir liberalaus auklėjimo metodus;
- vertino vaiko elgesį kaip mažiau nepriimtina.

Be to:

- STEP programa nustatyta efektyvesnė, kai tėvai grupėse dalyvavo su sutuoktiniu ir intensyviai dirbo su namų darbais.

STEP programos metu suteiktos žinios išliko stabilios ir po 3-4 mėn. Naudojami efektyvesni auklėjimo metodai ir požiūris į vaiko elgesį nesikeitė.

<http://www.STEPgrupes.lt/>



Sisteminis efektyvaus auklėjimo įgūdžių lavinimas

STEP Tėvų patirtis

„Puiki programa leidžianti suprasti, užjausti ir susidraugauti su savo vaikais. Taip pat ši programa padeda ir bendraujant su suaugusiais“.

Dv

„Anksčiau susidūrusi su vaikais „ožiais“, jausdavausi kaip šaltą vandenį, kurį išgerius ir jausdavai šaltumą. Dabar, kaip ir „ožius“ žiūrėti kaip į elgesį, kurį taisyti galima STEP programos pagalba...“

Vieno vaiko (9 m.) mama, Kaunas.

„Labai naudinga programa, nes galima visuose šiuose metoduose tobulinti asmenybę, žmogų, vyrą, moterį, draugą, kolegą. Labiau pažinti save ir savo šeimą“.

Trijų vaikų (10, 7 ir 1 m.) mama, Kaunas.

Stipresni tėvai -> stipresni vaikai -> stipresnė šeima



STEP

Sisteminis efektyvus auklėjimo įgūdžių lavinimas

Ar šeima įgalinta?

Įgalinimo perspektyvos bruožai:

1. šeimos nariai yra aktyvūs ir įsitraukę;
2. įgalinimas yra procesas, išplečiantis asmeninę šeimos narių kontrolę;
3. šeimos nariai yra ne pagalbos objektai, o subjektai, galintys keisti savo gyvenimą (Tuncay, Erbay, 2008).

Taip

Taip

Taip

Įsisąmoninimas -> Mokymasis -> Veikimas ->
Integravimas

Taip

Dar šiek tiek šeimos įgalinimo galimybių...

*Bendruomenės
lygmuo*



<http://www.STEPgrupes.lt/>



ŠEIMOS ĮGALINIMO GALIMYBĖS PUOSELĖTI VAIKŲ PSICHIKOS SVEIKATĄ

JOLITA JONYNIENĖ, dr.

jolita.jonyniene@gmail.com

Ačiū, kad klausėte 😊