



appreciative alchemy in parenting

Ofertă tehnică

pentru formare Educatori Parentali

și de organizare în școală a cursurilor de educație parentală

CUPRINS

DEZVOLTAREA COMPETENȚELOR PARENTALE ÎN RÂNDUL PĂRINȚILOR CARE AU COPII ÎN ȘCOALĂ.....	3
Prezentarea programului de Parenting Apreciativ	3
Cui se adresează acest program?	4
Caracteristicile programului.....	5
Cursurile pentru Părinți	5
Mărimea grupului de părinți.....	5
Mediul.....	5
Timpul.....	5
Gustările	6
Organizarea modulelor	6
Repetarea	6
Timp Pentru Grup, Vești Bune/Vești Rele.....	6
Contactul între sesiuni	7
Panourile pentru scris (flip-chart).....	7
Acreditarea ca Educator Parental	8
Formarea teoretică	8
Formarea practică.....	8
Grupurile de suport:	9
Tematică Curs Educație Parentală.....	10
Ofertă tehnică pentru formare Educatori Parentali, supervizare a educatorilor parentali și monitorizarea cursurilor de educație parentală.....	11
Activitatea 1.1: Formarea educatorilor parentali	11
Activitatea 1.2: Organizarea cursurilor de parenting apreciativ cu parintii.....	11

DEZVOLTAREA COMPETENȚELOR PARENTALE ÎN RÂNDUL PĂRINȚILOR CARE AU COPII ÎN ȘCOALĂ

Programul **Cum ne antrenăm Parentingul Apreciativ** a fost dezvoltat de Asociația HoltIS, cu sprijinul Reprezentanței UNICEF în România. Organizarea cursurilor de educație parentală de către educatorii parentali (cadre didactice pregătite din școlile partenere) conduce la *reducerea riscului de abandon școlar și a absenteismului școlar și susține procesul de tranziție de la secundar inferior la învățământul secundar superior, îmbunătățește relațiile părinților cu școala și cu proprii copii.*

PREZENTAREA PROGRAMULUI DE PARENTING APRECIATIV

Să fii părinte este experiența cea mai dificilă, solicitantă și generatoare de satisfacții pe care o oferă viața. Este o responsabilitate uriașă să crești un copil care va deveni o persoană sănătoasă și care să-și ocupe locul său în generația următoare. Primii ani de viață ai copilului, când se formează atitudinile față de sine însuși și tiparele de părinte sunt extrem de importanți și de aceea este necesar ca părinții să utilizeze metode pozitive de creștere a copiilor. Este mult mai ușor să previi tiparele negative pentru a nu deveni o parte a vieții, decât să le schimbi după ce au fost stabilite.

Programul **Cum ne antrenăm Parentingul Apreciativ** ajută la reducerea stresului pe care-l resimt familiile și micșorează riscul ca părinții să-și manifeste frustrările asupra copiilor lor. El oferă părinților posibilitatea de a spori comunicarea și a-și dezvolta abilitățile necesare pentru tratarea stresului. El reduce izolarea părinților punându-i în legătură cu alți părinți aflați în situații similare și promovează o abordare pozitivă a creșterii și disciplinării copiilor. În plus, acest program se adresează în mod specific factorilor care contribuie la abuzare și neglijare, inclusiv lipsa informațiilor și abilităților ca părinte sau caracterul nepotrivit al acestora, respectul scăzut față de sine însuși, sentimentul de izolare, așteptările nerealiste și înțelegerea greșită a dezvoltării copilului și al rolului de părinte îi ajută pe părinți să creeze un sistem social de sprijin care poate să continue și după terminarea cursurilor pentru părinți.

Cum ne antrenăm Parentingul Apreciativ este un program pozitiv, construit pe punctele forte și nu etichetează participanții. Programul nu susține un singur model de părinte și nu insistă asupra ideii că ar exista o singură metodă de a fi părinte.

Scopul programului este:

să încurajeze participanții să-și studieze mai în amănunt viața și modul în care ei relaționează cu copiii lor;

să descopere o gamă mai largă de alternative pozitive și eficiente pentru rolul de părinte;

să dezvolte o rețea de sprijin social împreună cu alți părinți.

Acest program poate servi ca o punte de legătură pentru a ajuta la conectarea părinților la alte servicii pe care ei nu le-ar căuta în mod normal. Părinții care sunt foarte stresați sunt mai doriți să accepte alte feluri de sprijin pentru ei înșiși și pentru familiile lor după ce s-a stabilit încrederea prin intermediul grupei lor de la cursul **Cum ne antrenăm Parentingul Apreciativ**. Ei își vor împărtăși greutățile mult mai ușor în cadrul grupului și vor fi mai receptivi față de referirea către alte resurse. Prea adesea familiile nu caută ajutorul de care au nevoie decât după ce s-au instalat tipare care au un potențial distructiv serios. Intervențiile într-un asemenea moment sunt mult mai puțin eficiente și, uneori, sunt prea târzii.

Cum ne antrenăm Parentingul Apreciativ nu este făcut pentru a fi unica soluție pentru problemele majore ale vieții. Acest program este un punct de pornire - un loc în care părinții pot să învețe mai mult despre stilul lor de părinte și opțiunile pe care le au pentru îndrumarea copiilor, precum și un loc în care să câștige mai multă încredere în ei înșiși ca oameni și ca părinți.

Considerăm că oferind părinților posibilitatea de a furniza și a primi informații pentru a conștientiza alternativele pozitive și a se sprijini reciproc, putem să-i ajutăm în luarea de măsuri pentru îmbunătățirea calității vieților lor și a vieților copiilor lor. Programul se concentrează asupra importanței părinților și asupra punctelor lor forte. Principiile de bază ale programului apreciază, respectă și sprijină părinții.

Obiectivele programului

Părinții implicați în acest program învață importanța faptului de a se îngriji pe ei înșiși pentru a putea să-și îngrijească copiii mai bine. Punctele centrale ale programului pentru părinți sunt:

- să învețe tratarea stresului și abilitățile de comunicare;
- să-și înțeleagă mai bine copiii;
- să învețe abilități eficiente pentru rolul de părinte și abordări pozitive ale disciplinării;
- să construiască o rețea de sprijin.

CUI SE ADRESEAZĂ ACEST PROGRAM?

Programul **Cum ne antrenăm Parentingul Appreciativ** a fost alcătuit inițial pentru părinții care trec printr-o perioadă de criză, crescând astfel riscul de a avea un comportament abuziv față de copii. Programul este însă la fel de relevant pentru orice familie care experimentează stresul parental, inclusiv părinții necăsătoriți, părinții adoptivi, familiile cu copii cu nevoi speciale, asistenți maternali, precum și părinții aflați la primul copil și aceia care experimentează un stres "normal". Abordarea folosită de acest program, așa cum este prezentată aici, poate fi încorporată în alte programe de educație parentală sau poate fi modificată pentru a îndeplini scopuri specifice, corespunde nevoilor și resurselor de care dispuneți.

CARACTERISTICILE PROGRAMULUI

CURSURILE PENTRU PĂRINȚI

Cursurile pentru părinți, prezentate în cadrul unei structuri de sprijin, sunt inima programului **Cum ne antrenăm Parentingul Appreciativ**. Fiecare sesiune durează aproximativ două ore și conține timp disponibil pentru ca părinții să-și împărtășească punctele lor forte și cele slabe și să înceapă construirea unui sistem de sprijin între ei înșiși. Cursul este un loc în care părinții învață despre rolul lor și dezvoltarea copilului, se simt motivați și nu se mai simt singuri în fața solicitărilor impuse de rolul de părinte. Conținutul cursului este secvențial, trecând de la învățarea modului în care să avem grijă de noi înșine, tratarea stresului și furiei, abilităților de comunicare și dezvoltării de așteptări realiste pentru copiii noștri, la disciplinarea pozitivă și tratarea comportamentelor solicitante.

MĂRIMEA GRUPULUI DE PĂRINȚI

Mărimea medie a grupului pentru cursul **Cum ne antrenăm Parentingul Appreciativ** este între 10 și 15 părinți. Se recomandă un număr de **10 persoane pentru un grup**, astfel încât părinții să aibă suficiente posibilități de a participa activ. Grupurile alcătuite dintr-un număr mai mic de opt persoane nu sunt recomandate deoarece absențele normale datorate îmbolnăvirilor și altor factori diminuează mărimea grupului și au impact asupra dinamicii acestuia.

MEDIUL

Mediul ideal este unul neoficial, plăcut și confortabil. Cursurile programului **Cum ne antrenăm Parentingul Appreciativ** pot avea loc în centre de resurse, școli, case de cultură, săli închiriate, în orice mediu este important să creem o atmosferă în care oamenii să se simtă în siguranță și confortabil unii în prezența celorlalți. În condițiile pandemiei COVID 19, întâlnirile pot fi organizate în aer liber, în parcuri, în curtea școlii etc.

Părinții stau de obicei în semicerc lăsând spațiu pentru ca moderatorul să plaseze un panou pentru scris (flip-chart). Părinții vor sta pe scaune, dar este rolul educatorului parental să aranjeze mobila într-un mod care să creeze o stare de spirit pozitivă.

TIMPUL

Perioada zilei în care se desfășoară cursul este importantă. Cursurile pot avea loc în timpul zilei, dar și în cursul serii pentru ca să poată participa și părinții care sunt ocupați. Cursul poate avea loc și în timpul zilei având ca țintă populația formată în majoritate din părinții care nu au servicii și au copii de vârstă școlară,

precum și copiii între 0 și 2 ani. Un curs între două ore și două ore și jumătate cu o pauză pentru gustări funcționează foarte bine.

GUSTĂRILE

Gustările sunt oferite la fiecare curs pentru părinți. Hrana aleasă include fructe, legume tăiate felii, brânzeturi și biscuiți, suc de fructe, iaurt, pateuri, suc, cafea și ceai pentru părinți. În situația pandemiei se poate renunța la aceste gustări și, dacă părinții se întâlnesc, pot fi asigurați măști de protecție și dezinfectant. Există și posibilitatea organizării cursurilor online pe platforma www.qie.ro. În 2021, peste 7.000 de părinți plecați în străinătate au participat la întâlnirile online.

ORGANIZAREA MODULELOR

Fiecare modul al cursului este organizat în jurul Conceptului/Conceptelor Cheie și Scopurilor. Agenda prezintă o ordine propusă pentru prezentarea materialelor. Agenda poate fi individualizată cu ușurință pentru a îndeplini nevoile fiecărui grup. Fiecare sesiune oferă materialul într-o varietate de moduri de învățare (prezentări scurte făcute de moderator, activități practice în grupuri mari și mici, subiecte de discuție, dialog interactiv, și activități pentru acasă). Acestea sunt concepute să se adreseze părinților care au o varietate de stiluri de învățare (audio, vizual și kinestezic). La majoritatea sesiunilor veți găsi rezumate ale cursului anterior și ale activităților pentru acasă. Acestea le dau participanților șansa de a-și împărtăși succesele și experiențele lor în timp ce recapitulează punctele cheie. De asemenea vă va acorda dumneavoastră un feedback important.

REPETAREA

În cadrul fiecărei sesiuni ca instrument de lucru, se repetă materiale în mod deliberat într-o varietate de forme. Repetarea ajută la normalizarea și întărirea conceptelor și informațiilor. Noi le prezentăm părinților informații și alegeri legate de genul de părinte pe care și-l doresc să fie, și posibilități de schimbare a atitudinilor și comportamentelor lor. Scopul nostru este să-i ajutăm pe părinți să înțeleagă conceptele, să se simtă mulțumiți de ei înșiși să înceapă să le aplice în viața lor.

TIMP PENTRU GRUP, VEȘTI BUNE/VEȘTI RELE

Pe parcursul acestui curs părinții sunt invitați și încurajați să-și împărtășească gândurile și sentimentele lor. O parte importantă a fiecărei sesiuni este timpul pus deoparte pentru ca părinții să-și împărtășească Veștile Bune/Veștile Rele (și altceva ce dă rezultate în grupul dumneavoastră, ca de exemplu ceva ce au făcut pentru ei înșiși în acea săptămână un lucru pe care l-au făcut cu copilul lor). Acest timp este prețios din mai multe motive:

El oferă părinților "timp special" numai pentru ei. Acesta este un timp în care ei pot să vorbească deschis și să primească sprijinul celor de aceeași vârstă cu ei, știind că nu vor fi criticați sau judecați.

Este o ocazie de a se crea legături puternice între membrii grupului care ajută la construirea unei rețele de sprijin între părinți. Prin împărtășirea lucrurilor care merg și a celor care nu merg în viața lor, părinții își dau seama cât de mult au în comun unii cu alții și încep să-și ofere reciproc încurajare, înțelegere și sprijin.

El oferă moderatorului informații imediate și importante despre ceea ce se petrece în viețile participanților și despre problemele și îngrijorările lor. Uneori aceste probleme pot să înlocuiască prezentarea materialului planificat pentru cursul respectiv.

CONTACTUL ÎNTRE SESIUNI

Este folositor să luăm legătura în mod neoficial cu părinții prin telefon între sesiuni. Aceasta oferă o bună ocazie pentru urmărirea oricăror îngrijorări pe care părinții le-au exprimat în clasă sau în mod particular. Este de asemenea o posibilitate de a obține feedback despre interesele sau gândurile părinților, idei care sunt de ajutor pentru planificarea orelor viitoare.

PANOURILE PENTRU SCRIS (FLIP-CHART)

Panourile sunt o metodă bună de concentrare a atenției pentru toată lumea. Ele sunt de asemenea folosite pentru cei cu memorie vizuală. În majoritatea sesiunilor se sugerează ca materialul să fie scris pe panou înainte de începerea orei. Panourile vor fi mult mai interesante când veți folosi culori diferite.

ACREDITAREA CA EDUCATOR PARENTAL

FORMAREA TEORETICĂ

Programul de formare presupune două componente, formare teoretică și formare practică. Formarea teoretică a viitorilor educatori parentali este organizată în serii în funcție de numărul participanților înscriși. **Accreditarea ca Educator Parental** presupune parcurgerea unei etape de pregătire teoretică, aceasta poate fi atât în format fizic cât și în format online și ulterior acesteia, parcurgerea etapei de pregătire practică.

Pregătirea teoretică constă în parcurgerea unui curriculum de Educație Parentală format din 10 module.

Pregătirea practică constă în susținerea de către fiecare participant la formarea teoretică, a unui curs de educație parentală cu minim 10 părinți/curs, părinți care au copii înscriși în unitatea de învățământ unde profesionistul activează.

Instruirea poate fi făcută în două moduri:

Față în față. Fiecare formare se va desfășura pe parcursul a 3 zile. În cadrul celor 3 zile de formare teoretică, participanții au o sesiune dedicată exclusiv utilizării platformei online, unde vor învăța cum să-și activeze conturile, cum parcurg curricula specifică cursurilor de educație parentală pe care le vor susține cu părinții ai căror copii sunt înscriși în școlile unde activează aceștia. La programul de formare teoretică fiecare educator parental va primi mapa educatorului parental și materialele de suport (manualul Parenting Appreciativ, pix, ecuson, mapa educatorului parental, bloc-notes și diplomă de participare pentru fiecare educator parental);

În format online. Partea de formare teoretică a cursului de educație parentală va fi desfășurată în format online pe platforma interactivă a Asociației HoltIS, într-o perioadă de timp stabilită în prealabil, unde fiecare participant va parcurge curriculum format din 10 module în format online dintre care 7 sunt module de bază, iar ultimele 3 sunt module opționale ce pot fi alese din alte 7 module opționale în funcție de specificul și dorința grupei de părinți cu care veți susține cursul de educație parentală.

În cadrul ofertei noastre, programul de formare este în varianta online (participantul parcurge cele 10 module și sunt organizate 2 sesiuni demonstrative / administrative online).

La finalul părții de formare teoretice fiecare participant va primi un **Certificat de participare**.

FORMAREA PRACTICĂ

După finalizarea sesiunilor de formare teoretică, educatorii parentali vor trece prin *etapa practică a formării* și anume organizarea și susținerea cursurilor propriu-zise de educație parentală cu părinții. Fiecare curs de educație parentală presupune 10 sesiuni/ întâlniri cu același grup de părinți de minim 2 ore fiecare modul. În cadrul celor 10 sesiuni se abordează teme de interes pentru părinți, cum ar fi: modalități de auto-îngrijire, managementul stresului și furiei, comunicarea eficientă, dezvoltarea copilului, abordarea pozitivă a comportamentelor copilului, prevenirea abuzului asupra copilului, educație pentru sănătate.

Distribuirea materialelor pentru desfășurarea cursurilor - mapa părintelui: ghidul părintelui, pix, ecuson, bloc-notes și diplomă de participare pentru fiecare părinte. Înregistrarea tuturor datelor cu privire la grupul țintă stabilit (parinți/copii) pe platforma www.qie.ro.

Pentru fiecare întâlnire vor fi alocate 4 ore cu tot cu pregătirea și susținerea întâlnirii, astfel că educatorii parentali vor înregistra pe platforma interactivă online www.qie.ro toate datele aferente cursului, respectiv vor încărca toate datele despre părinți, situația socio-educatională a acestora, situația financiară și maritală a fiecărui părinte participant, prezența la fiecare sesiune, programarea sesiunilor, dar și minim o fotografie pentru fiecare sesiune.

Arhivarea tuturor documentelor venite din partea educatorilor parentali pentru justificarea activităților și oferirea de supervizare va fi din partea experților HoltIS pentru o bună desfășurare a activităților de educație parentală.

La finalul părții de formare practice fiecare participant va primi un Diploma de Acreditare ca Educator Parentală, valabilă 2 ani cu posibilitate de prelungire după fiecare curs de educație parentală susținut cu părinții (de exemplu, dacă după un an, educatorul parental organizează un alt curs cu alți părinți, acreditarea ca educator parental va fi prelungită cu 2 ani după finalizarea acestui curs).

GRUPURILE DE SUPORT:

După finalizarea cursului de educație parentală cu grupa de părinți fiecare educator parental acreditat poate susține un **grup de suport**. Este recomandat ca această întâlnire să fie organizată la 6 luni după finalizarea cursului, astfel părinții dispun de timpul necesar pentru a pune în practică tot ce au învățat în cadrul cursului.

Temele de discuție a întâlnirilor din cadrul grupurilor de suport vor fi stabilite împreună cu părinții, în funcție de nevoile acestora. Oferirea de supervizare din partea experților HoltIS va asigura o bună desfășurare a activităților din cadrul grupurilor de suport. Se va asigura și monitoriza înregistrarea tuturor datelor cu privire la grupul țintă stabilit (parinți/copii) pe platforma www.qie.ro.

TEMATICĂ CURS EDUCAȚIE PARENTALĂ

1. Cum să fii un părinte înțelept
2. Cum putem rămâne relaxați în contexte stresante
3. Cum să comunicăm eficient cu copilul tău!
4. Cum să fii un partener de încredere în relația cu copilul tău!
5. Cum abordezi pozitiv comportamentele copilului
6. Cum prevenim abuzul și efectele lui asupra copilului
7. Cum însoțești copilul pe calea dezvoltării sale
8. Educație pentru sănătate
9. Anturajul și timpul liber la adolescenți
10. Auto-controlul și evitarea consumului de substanțe nocive
11. Cum ne jucăm cu copilul nostru
12. Abilități noncognitive
13. Bullying și cyberbullying
14. Importanța susținerii copiilor în procesul de tranziție de la gimnaziu la liceu
15. Imunitate și vaccinare. Informații utile părinților
16. Ce facem în continuare?

În cadrul programului, 7 dintre sesiunile de mai sus sunt obligatorii (sesiunile 1-6 și sesiunea 16), iar 3 sunt optionale din lista celor de mai sus (sesiunile 7-15).

OFERTĂ TEHNICĂ PENTRU FORMARE EDUCATORI PARENTALI, SUPERVIZARE A EDUCATORILOR PARENTALI ȘI MONITORIZAREA CURSURILOR DE EDUCAȚIE PARENTALĂ

Prezenta ofertă tehnică cuprinde:

ACTIVITATEA 1.1: FORMAREA EDUCATORILOR PARENTALI

Aceasta presupune:

1. Inscrierea individuala a viitorilor educatori parentali pe www.qie.ro;
2. Parcurgerea a 10 module de instruire online (7 module de bază și 3 module opționale); acestea vor intra în portofoliul personal al fiecărui educator parental.
3. Aplicarea unor teste după fiecare sesiune parcursă;
4. Participarea la intalniri cu sesiuni demonstrative cu formatorii pe zoom;
5. Eliberarea Certificatului de participare (se face automat pe www.qie.ro , dupa parcurgerea celor 10 sesiuni);
6. Primirea prin curierat *Mapei Educatorului Parental*, care cuprinde Mapa si cele 16 module ale programului;
7. Dupa finalizarea pregatirii teoretice, fiecare educator parental trebuie să-și formeze o grupă cu părinți ai elevilor din grădiniță/școală/liceu;
8. Partea practică presupune organizarea a 10 intalniri cu acelasi grup de părinți, completarea datelor pe platform, a listelor de prezenta, fotografii etc.;
9. Dupa finalizarea cursului de parenting apreciativ cu grupul de părinți, completarea datelor, este eliberata *Acreditarea ca educator parental* prin intermediul platformei www.qie.ro. Acreditarea este valabila 2 ani după finalizarea cursului cu părinții; ea se prelungește cu 2 ani dupa fiecare curs finalizat cu părintii.

ACTIVITATEA 1.2: ORGANIZAREA CURSURILOR DE PARENTING APRECIATIV CU PARINTII

1. Fiecare educator parental își formează grupul de părinți cu 10 părinți; aceasta presupune completarea fișei fiecărui părinte înscris la cursurile de educație parentală
2. Fiecare educator parental primește 10 mape ale părinților, care vor fi distribuite tuturor părinților participanți; mapa părinților cuprinde: mapa, ghidul părintelui/blocknotes, diploma de participare, ecuson, pix, formulare de inscriere, acorduri de prelucrare a datelor personale.