

RAZEM PRZEZ ŻYCIE

Książka z DVD



To, ile dzieci się rodzi, jaka jest kondycja polskich rodzin, ma bezpośrednie przełożenie na przyszłość Polski – przyszłość każdego z nas. W tym kontekście ważna jest także trwałość naszych rodzin. Bo rozpad rodziny to niewątpliwie zawsze osobisty dramat, ale również ogromny koszt społeczny.

Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Marlena Małaż

RAZEM PRZEZ ŻYCIE

Książka z DVD



Wstęp

Każdy człowiek, a szczególnie ludzie młodzi, żywią głębokie pozytywne nadzieje związane z swoją przyszłością. Niewątpliwie w przestrzeni tej ważne miejsce znajduje przyszła rodzina, którą będą zakładać. Jednak rodzinę się buduje, kształtuje już w okresie wcześniejszym poprzez odpowiednie przygotowanie.

Jednym z takich etapów jest m.in. czas narzeczeństwa, zauroczenia się kimś, zakochania się. Ważne jest więc rozwijanie świadomości i umiejętności związanych z budowaniem przyszłych relacji małżeńskich. Niewątpliwie stoimy dziś przed trudnym pytaniem: dlaczego osoby tworząc związki małżeńskie w pełni nadziei na pozytywną przyszłość czasami stają przed trudnym dylematem być lub nie być dalej z wybraną osobą?

Możemy też się zapytać: dlaczego występują kryzysy w małżeństwie, czasami wydające się trudnymi do pokonania? Materiał, który przekazujemy państwu w postaci niniejszego opracowania, filmów jest próbą podjęcia się refleksji związanych z tematem tworzenia szczęśliwych relacji międzyludzkich, narzeczeńskich, a w przyszłości małżeńskich i rodzinnych.

Tworzenie tych relacji wiąże się między innymi z mądrością prowadzącą do budowania dobrych stosunków z drugą osobą, zapobieganiu i rozwiązywaniu konfliktów, unikaniu popełniania błędów, jak również mądrego budowania relacji wielopokoleniowych w rodzinach i korzystania z ich potencjału ku zadowoleniu wszystkich stron.

Opracowany materiał może być wykorzystany do prowadzenia kursów i katechez przedmałżeńskich, również może być pomocny w komunikacji z młodym pokoleniem w czasie np. lekcji wychowawczych czy też w zwykłych rodzinnych rozmowach i spotkaniach.

Nie wyczerpuje on tematu, ale ma zainspirować, pobudzać do podjęcia działań i kroków, na które powinniśmy zwracać uwagę i świadomie wdrażać je w życie. Również powstanie konspektów, scenariuszy spotkań, rozmów powstało w oparciu o powyżej przedstawione cele. Serdeczne podziękowania kierujemy do Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej za inicjatywę wspierania działań kształtujących i rozwijających relacje rodzinne, a tym samym więzi społecznych.

I SCENARIUSZ SPOTKANIA

TEMAT: „Budujemy relacje” o tym jak należy dbać i budować w narzeczeństwie oraz od samego początku w małżeństwie wzajemne relacje

Cel zajęć:

- Uświadomienie uczestnikom potrzeby budowania, kształtowania relacji interpersonalnych w aspekcie planowania i tworzenia fundamentów przyszłego małżeństwa
- Pogłębienie świadomości i motywacji do własnego zaangażowania się w budowanie relacji narzeczeńsko-małżeńskiej

Cele dydaktyczno-wychowawcze:

- Pogłębienie świadomości uczestników na temat ważności angażowania się w budowanie relacji interpersonalnych
- Uświadomienie, że nasze dziś, kształtuje nasze jutro.
- Uświadomienie, że dojrzałe relacje w narzeczeństwie i małżeństwie nie stają się same.
- Przybliżenie propozycji, jak budować dojrzałe relacje

Cele operacyjne:

Uczestnicy

- potrafią podać przykłady, w jaki sposób budować relację, na co zwracać uwagę
- wiedzą, jak ważne jest budowanie relacji narzeczeńsko-małżeńskich
- potrafią wymienić cechy charakterystyczne dojrzałej relacji
- umieją podać jaki przede wszystkim element relacji pragną pielęgnować

Czas trwania: 40 min

Metody i formy:

- burza mózgów
- wykład
- dyskusja.

Materiały pomocnicze:

- książka z materiałem filmowym w ramach projektu
- plansza ze słowami BUDUJEMY RELACJE.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie (2 minuty)

Czekają was ważne życiowe decyzje, związane z zawarciem małżeństwa i założeniem rodziny. Wszyscy pragną i marzą o posiadaniu szczęśliwej i kochającej się rodziny. U podstaw tych decyzji leży często, szeroko rozumiane tzw. zakochanie się.

Jednak, jak widzimy wokół nas, nie gwarantuje to i nie stanowi monopolu zapewniającego trwałe i szczęśliwe małżeństwo. Po szczęście w narzeczeństwie i małżeństwie należy sięgnąć i je tworzyć, angażując się czynnie, a nie czekając biernie, iż samo się coś stanie pozytywnie. Mam wiele potwierdzeń, życiowych doświadczeń, które pokazują, że trzeba to uwzględnić. Ważność budowania wzajemnych relacji ku przyszłej rodzinie już teraz jest nie do przecenienia. Czym wcześniej to zrozumiemy, tym jest lepiej dla nas i dla tej drugiej wybranej osoby. Ogromnie jest ważne, aby przynajmniej jedna osoba dobrze rozumiała wagę budowania dojrzałych relacji, bo w takim przypadku będzie mogła kierować pozytywnie związkiem z drugą osobą. Oczywiście zakładamy, że ta druga osoba ma także dobrą i wolną wolę ku temu. Przy czym nie chodzi tu tylko o posiadanie wiedzy, ale praktyczne, konkretne angażowanie się w budowanie dojrzałych relacji interpersonalnych w narzeczeństwie i przyszłym małżeństwie.

Nie czekajcie więc, aż szczęście samo do was zawita, ale bądźcie zaangażowani w jego budowanie i kształtowanie w oparciu o dojrzałe relacje z drugą osobą, tą wybraną na zawsze.

W tym momencie widoczna plansza/slajd ze słowami: Budujemy relacje.

2. Aktywizacja uczestników (4 minuty)

Prosimy uczestników spotkania o podanie przykładów z czym kojarzy im się pojęcie „budujemy relacje”. Spisujemy propozycje podane przez uczestników np.: umieć słuchać, szacunek, delikatność, uśmiech, opanowanie, dostrzeganie potrzeb drugiej osoby, radość. Prowadzący pyta uczestników: jakie chcieliby mieć relacje w małżeństwie? Wypowiedzi uczestników w zależności od możliwości zapisuje na tablicy. Po zakończeniu prowadzący zaprasza do obejrzenia materiału filmowego. Jeżeli uczestnicy stosunkowo słabo angażują się w dialog, można szybciej przystąpić do projekcji materiału filmowego.

3. Projekcja (13 minut) - Film "Razem przez życie - Dar bycia razem"

Film przedstawia wybrane zagadnienia, ważne już dziś w aspekcie budowania relacji narzeczeńsko-mażeńskich. Z filmu czerpiemy wskazania, które podpowiadają na co warto zwrócić uwagę.

4. Dyskusja (8 minut)

Po obejrzeniu uczestnicy omawiają zaprezentowany materiał i odpowiadają na pytania:

- Co najbardziej zwróciło waszą uwagę?
- Czy zastanawialiście się nad tym co jest najważniejsze w relacjach międzyludzkich?
- Czy macie wyobrażenie swojego przyszłego życia w małżeństwie?
- Jakie według Was, zachowania mają wpływ na pozytywne relacje między On i ONA?

Następnie prowadzący proponuje na podstawie filmu (zapisanie), co można zrobić, aby jak najlepiej przygotować się do przyszłej roli szczęśliwych małżonków np.: zdobywać wiedzę, rozwijać umiejętności, kształtować swój charakter, uczyć się budowania relacji, zawierania kompromisów, prowadzenia rozmowy, szanowania wolności drugiej osoby, okazywania szacunku itp. Prowadzący zmierza w rozmowie do tego, aby uczniowie zrozumieli, że małżeństwo to wspólnota osób, a więc umiejętność budowania relacji międzyludzkich i dbałość o nie jest ważna.

5. Ćwiczenie - (9 minut)

- W czasie filmu wskazano propozycje jak tworzyć relacje.
- Proszę się zastanowić co powinniśmy robić, aby budować dojrzałe relacje. Uczestnicy w ciszy zastanawiają się. 2 min.
- Teraz proszę zastanowić się, co już realizujecie z tego oraz które postępowanie powinniście wprowadzić i o nie zadbać.
- Uczestnicy się zastanawiają 2 min.

Na koniec prowadzący zachęca uczestników, aby zastanowili się, czy nie mają jakiegś zaburzonej relacji z drugą osobą z racji zaniedbania, która powinna być pozytywnie odbudowana. Zachęca ich do podjęcia próby nawiązania dialogu i rozwiązania problemu.

6. Zakończenie (4 minuty)

Prowadzący zachęca, aby każdy uczestnik indywidualnie, sam dla dobra swojej przyszłości, przyszłego małżeństwa już teraz podjął starania o jak najlepsze przygotowanie się do tych życiowych ról. Zachęca też do sięgania po odpowiednią literaturę i inne materiały mogące być w tym pomocne.

II SCENARIUSZ SPOTKANIA

TEMAT: „Zapobieganie konfliktom” o tym jak ich unikać w relacjach narzeczeńskich i małżeńskich

Cel zajęć:

- Uświadomienie uczestnikom, że konflikty są i będą, stanowią nieodzowną część naszego życia,
- Ukazanie potrzeby zapobiegania konfliktom,
- Pogłębienie świadomości i motywacji do własnego zaangażowania się zapobieganie konfliktom

Cele dydaktyczno-wychowawcze:

- Pogłębienie świadomości uczestników na temat ważności angażowania się w zapobieganie konfliktom
- Uświadomienie, że lepiej jest konfliktom zapobiegać niż je rozwiązywać
- Uświadomienie potrzeby odkrywania potencjalnie konfliktowych tematów, które mogą pojawić się w przyszłości w relacjach narzeczeńskich i małżeńskich.

Cele operacyjne:

Uczestnicy

- potrafią podać przykłady, w jaki sposób unikać konfliktów, na co zwracać uwagę wiedzą, jak ważne jest unikanie konfliktów w relacjach narzeczeńsko-małżeńskich
- potrafią wymienić przykłady zapobiegania konfliktom
- umieją podać przykład tematu mogącego stanowić przyszły konflikt

Czas trwania: 37 min.

Metody i formy:

- burza mózgów
- wykład
- dyskusja.

Materiały pomocnicze:

- książka z materiałem filmowym w ramach projektu
- plansza ze słowami „Zapobiegam konfliktom”.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie (2 minuty)

W przyszłości czekają was ważne życiowe decyzje, związane z zawarciem małżeństwa. Wszyscy pragną i marzą o posiadaniu szczęśliwej i kochającej się rodziny. U podstaw tych decyzji leży często, szeroko rozumiane tzw. zakochanie się. Jednak, jak widzimy wokół nas, nie powoduje to braku występowania trudności w postaci nieporozumień i konfliktów. Ludzie, którzy darzą się uczuciem miłości też doświadczają między sobą spraw trudnych, tym samym konfliktowych. Na pewno obserwujecie również w środowisku waszych rodzin, rodziny bliższej czy dalszej oraz u znajomych, iż konflikty występują. Nie zawsze o nich wiemy, bowiem często są też ukrywane. Chociaż z pewnością występują. Konflikty też nie biorą się znikąd, mają swoje przyczyny i powody. Pojawienie się konfliktów może „dojrzewać nawet latami”. Nie zawsze pojawiają one się natychmiast. Często rozwijają się jakiś czas, w pewnym sensie nawet jakby w ukryciu, po cichu. Dlatego ważne jest mądry im przeciwdziałanie, czyli zapobieganie, zanim się pojawią.

Nie czekajcie więc, aż konflikty się pojawią w narzeczeństwie czy małżeństwie. Starajcie się im zawczasu zapobiegać.

W tym momencie widoczna plansza/slajd ze słowami: Zapobiegaj konfliktom.

2. Aktywizacja uczestników (4 minuty)

Prosimy uczestników spotkania o podanie przykładów z czym kojarzy im się pojęcie „konflikt”. Spisujemy propozycje podane przez uczestników np.: nieporozumienie, napięcie, smutek, agresja, złość, kłótnia, płacz, bezsilność, nerwy, krzyk, ból, poczucie nieszczęścia. Prowadzący pyta uczestników: w jakich tematach, sprawach i byście uniknąć konfliktów w narzeczeństwie i w małżeństwie? Wypowiedzi uczestników w zależności od możliwości zapisujemy na tablicy. Po zakończeniu prowadzący zaprasza do obejrzenia materiału filmowego. Jeżeli uczestnicy stosunkowo słabo angażują się w dialog, można szybciej przystąpić do projekcji materiału filmowego.

3. Projekcja (13 minut) - Film "Razem przez życie - Nie czekaj"

Film przedstawia wybrane zagadnienia, ważne w aspekcie zapobiegania konfliktom narzeczeńsko-małżeńskich. Z filmu czerpiemy wskazania, które podpowiadają na co warto zwrócić uwagę.

4. Dyskusja (8 minut)

Po obejrzeniu uczestnicy omawiają zaprezentowany materiał i odpowiadają na pytania:

- Co najbardziej zwróciło waszą uwagę?
- Czy zastanawialiście się nad tym, czego unikać, aby nie doprowadzać do konfliktów?
- Jakie według Was, powinno być postępowanie, aby ograniczać możliwość powstawania konfliktów?

Następnie prowadzący proponuje na podstawie filmu (zapisanie), co można zrobić, aby przeciwdziałać, zapobiegać powstawaniu konfliktów. Co może nam w tym pomagać?

Np.: zdobywanie wiedzy, rozwijanie umiejętności, umiejętność słuchania, konieczność poświęcania czasu dla siebie, prowadzenie dialogu, niezamiatanie trudności „pod dywan”, szanowanie wolności drugiej osoby, itp. Prowadzący zmierza w rozmowie do tego, aby uczestnicy zrozumieli, że konflikty będą, ale można ich występowanie ograniczyć.

5. Ćwiczenie - (7 minut)

- W czasie filmu wskazano propozycje jak można przeciwdziałać powstawaniu konfliktów.
- Proszę się zastanowić nad pytaniem: co my powinniśmy robić, aby przeciwdziałać powstawaniu konfliktów?
- Uczestnicy w ciszy zastanawiają się. 2 min.
- Teraz proszę zastanowić się, co już realizujecie z tego w tym zakresie oraz które postępowanie powinniście wprowadzić i o nie zadbać.
- Uczestnicy się zastanawiają 2 min.

Na koniec prowadzący zachęca uczestników, aby zastanowili się, czy nie mają jakiejś zaburzonej relacji z drugą osobą, która może przerodzić się w potencjalny konflikt. Niech każdy uczestnik spróbuje odkryć chociaż jedną, dwie sytuacje, jakie u niego występują w relacjach narzeczeńskich i mogą się zamienić w konflikt. Prowadzący zachęca uczestników do podjęcia próby nawiązania dialogu i rozwiązania problemów.

6. Zakończenie (6 minut)

Prowadzący zachęca, aby każdy uczestnik indywidualnie, sam dla dobra swojej przyszłości, przyszłego małżeństwa już teraz podjął starania i rozwijał umiejętności w zapobieganiu konfliktom. Zachęca też do sięgania po odpowiednią literaturę i inne materiały mogące być w tym pomocne. Prowadzący zachęca także do korzystania z pomocy specjalistów w osobach psychologów czy pedagogów, którzy mają wiedzę i kompetencje ku temu, aby wspierać inne osoby w trudnych sytuacjach. Lepiej zapobiegać konfliktem, nawet korzystając z czyjejś pomocy niż później uczestniczyć w samych konfliktach.

III SCENARIUSZ SPOTKANIA

TEMAT: „Rozwiązywanie konfliktów” o tym jak ich unikać w relacjach narzeczeńskich i małżeńskich

Cel zajęć:

- Uświadomienie uczestnikom, że konflikty są i będą, stanowią nieodzowną część naszego życia,
- Ukazanie potrzeby zapobiegania konfliktom.

Cele dydaktyczno-wychowawcze:

- Pogłębienie świadomości uczestników na temat ważności angażowania się w zapobieganie konfliktom
- Uświadomienie, że lepiej jest konfliktom zapobiegać niż je rozwiązywać
- Uświadomienie potrzeby odkrywania potencjalnie konfliktowych tematów, które mogą pojawić się w przyszłości w relacjach narzeczeńskich i małżeńskich.

Cele operacyjne:Uczestnicy

- potrafią podać przykłady, w jaki sposób unikać konfliktów, na co zwracać uwagę
- wiedzą, jak ważne jest unikanie konfliktów w relacjach narzeczeńsko-małżeńskich
- potrafią wymienić przykłady zapobiegania konfliktom
- umieją podać przykład tematu mogącego stanowić przyszły konflikt
- Czas trwania: 40 min.

Metody i formy:

- burza mózgów
- wykład
- dyskusja

Materiały pomocnicze:

- książka z materiałem filmowym w ramach projektu
- plansza, slajd ze słowami „Rozwiązywanie konfliktów”.

PRZEBIEG ZAJĘĆ**1. Wprowadzenie (2 minuty)**

Na pewno obserwujecie, że nieporozumienia i konflikty w relacjach międzyludzkich istnieją. Nie dotyczy to tylko osób, z którymi mamy relacje towarzyskie, koleżeńskie czy to w pracy, w szkole i w wielu różnych środowiskach. Takie sytuacje także występują pomiędzy osobami, które są dla siebie bliskie. Miłość nie jest monopolem chroniącym przed trudnymi relacjami powstającymi w różnych momentach i sytuacjach. Dlatego bardzo ważne jest, aby w dojrzałości życiowej przyjąć ten fakt i w sposób właściwy do niego podchodzić. Będzie wiele momentów, kiedy okaże się, iż nasze działania wcześniejsze nie zapobiegły powstaniu konfliktów, nieporozumienia. Dlatego, kiedy już do tego dochodzi należy poszukać rozwiązania wyjścia z tej trudnej sytuacji. Nierozwiązany konflikt, dopóki nie zniknie, nie zostanie właściwie uporządkowany może nieustannie wpływać na zakłócanie relacji interpersonalnej w narzeczeństwie i w małżeństwie. Nikt nie lubi konfliktów. Jednak, kiedy one są, istnieje prawdziwa potrzeba, aby przysłowiowo nie zamiatać ich pod dywan.

To o czym dzisiaj porozmawiamy jest rzeczywiście ważną kwestią w naszym życiu wpływającą na dalszy jego przebieg.

Nie czekajcie więc, aż konflikty same się rozwiążą w narzeczeństwie czy małżeństwie. Starajcie się jak najszybciej je rozwiązywać.

W tym momencie widoczna plansza/słajd ze słowami: „Rozwiązywanie konfliktów”.

2. Aktywizacja uczestników (4 minuty)

Prosimy uczestników spotkania o podanie przykładów z czym kojarzy im się słowa „Rozwiązywanie konfliktów”. Spisujemy propozycje podane przez uczestników np.: słuchanie, ustąpienie, otwartość, szacunek, poszukiwanie kompromisu, szanowanie wolności drugiej osoby, chęć zgody, wybaczenie, przeproszenie, itp.

Wypowiedzi uczestników w zależności od możliwości zapisujemy na tablicy, wyświetlamy na ekranie. Po zakończeniu prowadzący zaprasza do obejrzenia materiału filmowego. Jeżeli uczestnicy stosunkowo słabo angażują się w dialog, można szybciej przystąpić do projekcji materiału filmowego.

3. Projekcja (13 minut) - Film "Razem przez życie - Błogosławiony kompromis".

Film przedstawia wybrane zagadnienia, w aspekcie rozwiązywania konfliktów narzeczeńsko-mażeńskich. Z filmu czerpiemy wskazania, które podpowiadają na co warto zwrócić uwagę.

4. Dyskusja (8 minut)

Po obejrzeniu uczestnicy omawiają zaprezentowany materiał i odpowiadają na pytania:

- Co najbardziej zwróciło waszą uwagę?
- Czy zastanawialiście się nad tym, co jest ważne, kiedy chcemy rozwiązać konflikt?
- Jakie według Was, powinno być postępowanie, aby skutecznie rozwiązywać konflikty, aby je wygaszać?

Następnie prowadzący proponuje na podstawie filmu (w miarę możliwości zapisać sobie), co można zrobić, aby rozwiązywać konflikty. Co może nam w tym pomagać? Np.: pozytywna postawa wobec możliwości poszukiwania kompromisu, unikanie psychiczno-emocjonalnej presji na drugą osobę, zdobywanie wiedzy, cierpliwość słuchania, danie czasu dla siebie i prowadzenie dialogu, niezamiatanie trudności „pod dywan”, itp. Prowadzący zmierza w rozmowie do tego, aby uczestnicy zrozumieli, że konflikty będą, ale trzeba je rozwiązywać, a nie czekać, iż same znikną.

5. Ćwiczenie - (9 minut)

- W czasie filmu wskazano propozycje, na robić, aby rozwiązywać konflikty.
- Proszę się zastanowić nad pytaniem: co my powinniśmy robić, aby rozwiązywać konflikty?
- Uczestnicy w ciszy zastanawiają się. 2 min. min.
- Teraz proszę zastanowić się, co już realizujecie z tego w tym zakresie, kiedy pojawił się konflikt oraz które postępowanie powinniście wprowadzić i o nie zadbać.
- Uczestnicy się zastanawiają 2 min.

Na koniec prowadzący zachęca uczestników, aby zastanowili się, czy nie mają jakiegoś konfliktu. Nawet niekoniecznie na ten moment w relacjach narzeczeńskich, małżeńskich. Może jest jakiś konflikt w najbliższej czy dalszej rodzinie, czy też w relacjach przyjacielsko-koleżeńskich. Niech każdy uczestnik spróbuje odkryć chociaż jedną, dwie sytuacje, jakie u niego występują i można je uznać za konflikt. Prowadzący zachęca uczestników do podjęcia próby nawiązania dialogu i rozwiązania konfliktów.

6. Zakończenie (4 minuty)

Prowadzący zachęca, aby każdy uczestnik indywidualnie, sam dla dobra swojej przyszłości, przyszłego małżeństwa już teraz podjął starania i rozwijał umiejętności w rozwiązywaniu konfliktów. Zachęca też do sięgania po odpowiednią literaturę i inne materiały mogące być w tym pomocne. Prowadzący zachęca także do korzystania z pomocy specjalistów w osobach psychologów czy pedagogów, którzy mają wiedzę i kompetencje ku temu, aby wspierać inne osoby w rozwiązywaniu trudnych sytuacji, szczególnie kiedy mamy kłopot w samodzielnym ich rozwiązaniu. Lepiej jest rozwiązywać konflikty niż pozwolić im na długofalowe niszczenie relacji międzyludzkich, odbierając sam poczucie szczęścia i satysfakcji.

IV SCENARIUSZ SPOTKANIA

TEMAT: „Jakich błędów unikać, aby relacji małżeńskich nie osłabiać”.

Cel zajęć:

- Uświadomienie uczestnikom, że błędy popełniamy wszyscy, one są i będą,
- Ukazanie potrzeby unikania błędów,
- Pogłębienie świadomości i motywacji do kształtowania swojego postępowania w celu unikania błędów w relacjach międzyludzkich.

Cele dydaktyczno-wychowawcze:

- Pogłębienie świadomości uczestników na temat ważności niepopętniania błędów, które nie zawsze skutkują bezpośrednim konfliktem,
- Uświadomienie, że konflikty praktycznie zawsze są skutkiem jakiegoś, czyjegoś błędu, ale błąd nie zawsze jest sprawcą konfliktu, ale może osłabiać relacje i zaangażowanie w związku,
- Uświadomienie potrzeby odkrywania popełnianych błędów.

Cele operacyjne:

Uczestnicy

- potrafią podać przykłady, jakie błędy mogą być popełniane,
- potrafią wymienić przykłady skutków ewentualnych błędów,
- umieją podać przykład zaobserwowanych błędów w relacjach u innych osób
- umieją dostrzec własne błędy
- Czas trwania: 35 min.

Metody i formy:

- burza mózgów
- wykład
- dyskusja.

Materiały pomocnicze:

- książka z materiałem filmowym w ramach projektu
- plansza, slajd ze słowami „Unikaj błędów”

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie (2 minuty)

Zapewne słyszeliście powiedzenie, że „rzeczą ludzką jest popełnić błąd” i niektórzy dodają „a szatańską z niego nie powstać”. Popełnianie błędów niestety zdarza się wszystkim. Nawet jak się do tego nie przyznajemy, to inni je czasami widzą, chociaż nie zawsze o tym nam powiedzą. Np. kiedy ktoś skłamię, to nie zawsze temu komuś powiecie, że wiecie i widzicie, że kłamie. Jednak jak o tym nie powiecie temu komuś, to ten ktoś może myśleć, że udało mu się i żaden konflikt nie nastąpił. Jednak wtedy do tego kogoś stracić zaufanie, chociaż o tym nie powiedzieliście. Tak bywa z wieloma błędami. Był taki przypadek osoby, która za popełnione błąd została zwolniona z pracy. Ta osoba przyznała się do błędu i napisała pismo z prośbą o przywrócenie do pracy powołując się na fakt, iż ludzką rzeczą jest popełniać błędy. Firma odpisała ładnie, nie emocjonalnie, elegancko, ale stwierdziła, że rozumie, iż popełnianie błędów jest rzeczą ludzką, jednak tego typu błędy nie leżą w interesie polityki tej firmy i dlatego dziękują za współpracę. Oczywiście relacje międzyludzkie, narzeczeńskie i małżeńskie, to nie firma. Dlatego jest ważne kształtowanie relacji z drugą osobą w taki sposób, który będzie charakteryzował się minimalizowaniem popełnianych błędów.

Dlatego minimalizujemy błędy, które osłabiają relacje międzyludzkie. Nie czekajcie więc, aż błędy będą miały wpływ na osłabianie pozytywnych więzi narzeczeńsko -małżeńskich. Starajcie się dostrzegać ewentualnie występujące błędy.

W tym momencie widoczna plansza/slajd ze słowami: „Unikaj błędów”.

2. Aktywizacja uczestników (4 minuty)

Prosimy uczestników spotkania o podanie przykładów z czym kojarzą im się słowa „Unikaj błędów”. Spisujemy propozycje podane przez uczestników np.: bycie otwartym, obserwowanie, zastanawianie się, autorefleksja, rozwijanie się, samokrytyczność, praca nad sobą, bycie lepszym.

Wypowiedzi uczestników w zależności od możliwości zapisujemy na tablicy, wyświetlamy na ekranie. Po zakończeniu prowadzący zaprasza do obejrzenia materiału filmowego. Jeżeli uczestnicy stosunkowo słabo angażują się w dialog, można szybciej przystąpić do projekcji materiału filmowego.

3. Projekcja (13 minut) - Film "Razem przez życie - Życie nie musi być pułapką błędów"

Film przedstawia wybrane zagadnienia, w aspekcie unikania błędów w relacjach narzeczeńsko-małżeńskich. Z filmu czerpiemy wskazania, które podpowiadają na co warto zwrócić uwagę.

4. Dyskusja (8 minut)

Po obejrzeniu uczestnicy omawiają zaprezentowany materiał i odpowiadają na pytania:

- Co najbardziej zwróciło waszą uwagę?
- Czy zastanawialiście się nad tym, jak ważne jest w życiu staranie się o unikanie błędów?
- Jakie według Was, powinno być postępowanie, aby unikać błędów, jak najmniej ich popełniać w relacjach międzyludzkich?

Następnie prowadzący proponuje na podstawie filmu (w miarę możliwości zapisać sobie), co możemy robić, aby unikać błędów? Co może nam w tym pomagać? Np.: możemy częściej się zastanawiać czy nasza postawa w stosunku do drugiej osoby jest właściwa, dobra, czy druga osoba dobrze nas odbiera, czy nasza postawa wzbudza sympatię i wpływa na wzmacnianie wzajemnych relacji, warto też się zastanowić nad tym, co możemy jeszcze zmienić w naszym życiu, aby było jeszcze lepiej.

Prowadzący dąży do wzmocnienia motywacji i zachęty uczestników, aby zaangażowali się w eliminowanie przez siebie popełnianych błędów w relacjach międzyludzkich. Prowadzący ukazuje, że błędy zawsze będą się nam zdarzać, ale powinniśmy konsekwentnie i systematycznie nad nimi pracować, by ich występowanie ograniczać, minimalizować.

5. Ćwiczenie (9 minut)

- W czasie filmu wskazano przykłady dotyczące unikania błędów.
- Proszę się zastanowić nad pytaniem: co my powinniśmy robić, aby unikać błędów?
- Uczestnicy w ciszy zastanawiają się. 2 min.

Teraz proszę zastanowić się, co już realizujecie, aby unikać błędów w relacjach międzyludzkich? A może dostrzeżliście ostatnio jakiś błąd w swoim postępowaniu w relacji do drugiej osoby i udało wam się to zmienić. Proszę spróbować odkryć u siebie przynajmniej jeden błąd, który zdarzyło się wam popełnić w stosunku do drugiej osoby, co osłabiło relacje z tą osobą - Uczestnicy się zastanawiają 2 min.

Na koniec prowadzący zachęca uczestników, aby zastanowili się częściej, w miarę systematycznie czy nie popełniają jakiegoś błędu w stosunku do drugiej osoby. Prowadzący także zachęca do podejmowania się szczerych rozmów w relacjach narzeczeńsko – małżeńskich w celu „wylapywania” błędów. Prowadzący zachęca uczestników do podjęcia próby nawiązania dialogu.

6. Zakończenie (4 minuty)

Prowadzący zachęca, aby każdy uczestnik indywidualnie, sam dla dobra swojej przyszłości, przyszłego małżeństwa kształtował siebie, rozwijał swoją wrażliwość na drugą osobę. Prowadzący zachęca też do sięgania po odpowiednią literaturę i inne materiały mogące być w tym pomocne. Prowadzący zachęca także do korzystania z pomocy specjalistów w osobach psychologów czy pedagogów, którzy mają wiedzę i kompetencje ku temu, aby budować, rozwijać jak najlepiej relacje międzyludzkie, w rodzinie. Lepiej jest unikać błędów, niż później zmagać się z ich skutkami, czasami długotrwałymi i niekiedy trudnymi do cofnięcia.

V SCENARIUSZ SPOTKANIA

TEMAT: „Rodzina wielopokoleniowa DAREM”

Cel zajęć:

- Uświadomienie uczestnikom wartości doświadczeń życiowych ich rodziców i dziadków,
- Ukazanie możliwości, potrzeby korzystania z doświadczenia starszych pokoleń,
- Pogłębienie świadomości i motywacji do pielęgnowania relacji z teściami i ich rodzicami,

Cele dydaktyczno-wychowawcze:

- Pogłębienie świadomości uczestników na temat wartości posiadanych doświadczeń przez starsze pokolenie w rodzinie,
- Uświadomienie, że doświadczenie rodziców, teściów, dziadków może ubogacać nasze narzeczeństwo, małżeństwo i je pozytywnie wzmacniać,
- Uświadomienie, że możemy odkryć wiele elementów pozytywnych w starszym pokoleniu i powinniśmy świadomie ich szukać i z nich czerpać,
- Uświadomienie potrzeby praktycznego budowania relacji międzypokoleniowych.

Cele operacyjne:

Uczestnicy

- Potrafią podać przykłady, jak budować dobre relacje z teściami, dziadkami, sytuacji wzmacniających więzi wielopokoleniowe,
- Umieją podać przykład ewentualnych pozytywnych wpływów starszych na ich związek narzeczeński czy małżeński,
- Umieją dostrzegać i tworzyć sytuacje wzmacniające więzi wielopokoleniowe,
- Umieją docenić pomoc, jaką mogą otrzymać od teściów i dziadków w codzienności.

Czas trwania: 35 min.

Metody i formy:

- burza mózgów
- wykład
- dyskusja.

Materiały pomocnicze:

- książka z materiałem filmowym w ramach projektu
- plansza, slajd ze słowami „Rodzina wielopokoleniowa darem”.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie (2 minuty)

Rodzina wielopokoleniowa powstaje, tworzy się jako konsekwencja określonych sytuacji. To właśnie narzeczeństwo, które przekształca się później w małżeństwo łączy ze sobą wielopokoleniowo dwie różne rodziny. Rodziny zasadniczo, często sobie wcześniej nieznanne.

Nie zawsze jest tak, że narzeczeni znają się od dzieciństwa, mieszkają w jednej miejscowości, a nawet na jednej ulicy. Relacje więc tworzone w konsekwencji narzeczeństwa i małżeństwa otwierają nowe przestrzenie. O ile rodzeństwo często jest zbliżone wiekowo, pokoleniowo ze sobą, może się znajdować w podobnych okolicznościach życia, gdzie zmagają się i podejmują podobne zadania i trudy, o tyle teściowie, rodzice, dziadkowie już są na innym etapie życia, charakteryzującego się innymi okolicznościami. Możliwość doświadczenia życiowego może bardzo pozytywnie wpływać na kształtowanie relacji narzeczeńskich i przyszłych nowych małżonków. Wiąże się to jednak z potrzebą pozytywnej, otwartej postawy oraz zdolności do dostrzegania potencjału płynącego z tworzenia wielopokoleniowych relacji w rodzinach. Nie ulegajmy stereotypom, które może płyną z dowcipów np. od teścia czy teściowej, ale szukajmy wartości dodanej, mogącej wystąpić w naszym życiu dzięki tym osobą.

Dlatego dążmy do jak najlepszego budowania relacji międzypokoleniowych tylko z rodziną, w której sami wyrastaliśmy, ale także z rodziną, z której wywodzi się tak zwana nasza druga „połówka”.

W tym momencie widoczna plansza/slajd ze słowami: „Rodzina wielopokoleniowa DAREM” (słowo darem świadomie wyróżnione dużymi literami).

2. Aktywizacja uczestników (4 minuty)

Prosimy uczestników spotkania o podanie przykładów z czym kojarzą im się słowa z planszy. „Rodzina wielopokoleniowa DAREM”. Spisujemy propozycje podane przez uczestników np.: otwartość, szacunek, zainteresowanie, poszanowanie indywidualności, cierpliwość wspólne spędzanie czasu, wykazywanie zainteresowania, wrażliwość, wzajemność tym co dobre, unikanie krytyki, pozytywne mówienie.

Wypowiedzi uczestników w zależności od możliwości zapisujemy na tablicy, wyświetlamy na ekranie. Po zakończeniu prowadzący zaprasza do obejrzenia materiału filmowego. Jeżeli uczestnicy stosunkowo słabo angażują się w dialog, można szybciej przystąpić do projekcji materiału filmowego.

3. Projekcja (13 minut) - "Razem przez życie - Dar pokoleń"

Film przedstawia wybrane aspekty związane z funkcjonowaniem wielopokoleniowej rodziny i płynących z tego pozytywów.

4. Dyskusja (8 minut)

Po obejrzeniu uczestnicy omawiają zaprezentowany materiał oraz uczestniczą w kreatywnym dialogu z prowadzącym m.in. odpowiadając na pytania:

- Co najbardziej zwróciło waszą uwagę?
- Czy zastanawialiście się nad tym, jak ważna jest w rodzinie umiejętność rozwijania relacji międzypokoleniowych?
- Co możemy zrobić, aby z szacunkiem i uznaniem starszych pokoleń w naszych rodzinach pozytywnie wykorzystać ich doświadczenie i potencjał?

Następnie prowadzący zachęca do zastanowienia się jak wyglądają sytuacje w rodzinach i czy według oceny uczestników jest miejsce na wprowadzanie pozytywnych działań,

zmian, aby relacje międzypokoleniowe jak najlepiej skutkowały dla ich rodzinnych relacji. Prowadzący dąży do wzmocnienia motywacji, poczucia sensu i możliwości płynących z rozwijania relacji wielopokoleniowych w rodzinach. Prowadzący poszukuje pozytywów wynikających z wartości dodanej, jaka może być wniesiona w narzeczeństwo i małżeństwo uczestników spotkania przez starsze pokolenie ich rodzin. Prowadzący zachęca do zastanowienia się nad tym, co w przyszłości możemy czynić, aby relacje między pokoleniowe w rodzinie służyły dla narzeczeństwa i małżeństwa uczestników poprzez wzmacnianie tego, co pozytywne. Prowadzący przez kreatywną rozmowę dąży do tego, aby z uczestnikami odkrywać potencjał tkwiący w tworzeniu wielopokoleniowych relacji rodzinnych.

5. Ćwiczenie - (9 minut)

- Proszę się zastanowić nad pytaniem: co my możemy robić, aby w naszych wielopokoleniowych relacjach rodzinnych korzystać z potencjału osób starszych?
- Uczestnicy w ciszy zastanawiają się. 2 min
- Proszę zastanowić się w jaki sposób do tej pory budujemy relacje wielopokoleniowe z osobami starszymi w naszych rodzinach? Zastanówmy się: co możemy udoskonalić w tej przestrzeni i sprawić, że potencjał osób starszych będzie pozytywnie angażowany w budowanie i tworzenie waszych rodzin?
- Uczestnicy się zastanawiają 2 min.

Następnie prowadzący zachęca uczestników, aby starali się częściej zastanawiać nad tym, w jaki sposób budować relacje wielopokoleniowe z pożytkiem dla ich rodzin. Prowadzący zachęca do nawiązania dialogu wewnątrz narzeczeństwa, małżeństwa w celu wspólnych poszukiwań w tym kierunku. Prowadzący zachęca także do działań zmierzających do wspierania „drugiej strony” w prowadzeniu wspólnych działań w tworzeniu i budowaniu rodziny wielopokoleniowej.

6. Zakończenie (4 minuty)

Prowadzący zachęca, aby każdy uczestnik indywidualnie, sam dla dobra swojej przyszłości, przyszłego małżeństwa kształtował wielopokoleniowe relacje rodzinne. Rozwijał swoją wrażliwość na osoby starsze w rodzinach i ich potencjał, doświadczenie. Prowadzący wskazuje na fakt, że relacje wielopokoleniowe, np. wnuki i dziadkowie są naturalnym elementem budującym wielopokoleniowe, pozytywne więzi rodzinne, które wzmacniają więzi i w przyszłości pomagają także przezwyciężać różne trudności i kryzysy.



Ministerstwo Rodziny
i Polityki Społecznej



Po pierwsze
Rodzina!

KONKURS MINISTRA RODZINY I POLITYKI SPOŁECZNEJ
I PEŁNOMOCNIKA RZĄDU DO SPRAW POLITYKI DEMOGRAFICZNEJ

“

Dla mnie, jako ministra rodziny, pracy i polityki społecznej jest to niezmiernie ważne, że rodzina jest w centrum uwagi – w centrum uwagi są zarówno rodzice z małymi dziećmi, ale także nasi seniorzy, którym jesteśmy zobowiązani szacunek, podziękowanie za wychowanie młodego pokolenia.

Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Marlena Maląg

”

"Chcielibyśmy, aby model wielodzietnej rodziny stał się dobrym przykładem"

Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Marlena Małag



Ministerstwo Rodziny
i Polityki Społecznej



Po pierwsze
Rodzina!

KONKURS MINISTRA RODZINY I POLITYKI SPOŁECZNEJ
I PEŁNOMOCCNIKA RZĄDU DO SPRAW POLITYKI DEMOGRAFICZNEJ

Płyta DVD jest integralną i uzupełniającą częścią książki