

## Coaching rodzicielski coraz bardziej popularny w Polsce

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: niedziela, 27, styczeń 2013 23:00

Dawid Kulpa

Odłony: 2516

---

Coaching rodzicielski podobnie jak zawód coacha rodzinnego, to w Polsce wciąż mało znane zjawisko, jednak ostatnimi czasy zyskujące ogromną popularność zwłaszcza wśród młodych rodziców, nie zawsze radzących sobie z wychowaniem dziecka.

Czym zatem jest ów coaching rodzicielski?

Ogólnie mówiąc coaching rodzicielski jest to technika pomagająca rodzicom radzić sobie z rosnącą ilością rodzicielskich zmagani codziennego życia oraz ułatwiająca znalezienie skutecznego rozwiązania, które daje długofalowe efekty.

Coaching rodzicielski z języka angielskiego „parent coaching” jest relacją opartą na współpracy pomiędzy rodzicem a coachem, który ma na celu pomóc klientom osiągnąć ich rodzicielskie cele w sposób, który jest spójny z ich wartościami i jest odpowiedni dla ich rodziny.

Kim jest sam coach i czego może on nauczyć rodziców?

Coach nie jest terapeutą, jednak może ale nie musi być psychologiem. Zna potrzeby dziecka i umie wskazać rodzicowi, jak i on ma je dostrzegać i za nimi podążać. Coachowie rodzicielscy pracują z rodzicami różnymi metodami, wykorzystują elementy terapii behawioralno – poznawczej, metodę videotreningu komunikacji (nagranie video), a przede wszystkim obszerną wiedzę o rozwoju dziecka i rodziny.

Podsumowując, główne cele coachingu rodzicielskiego to przede wszystkim:

- a. zwiększenie umiejętności rodziców związanych z uzyskiwaniem dostępu do informacji i wsparcia, które sprzyjają rozwojowi ich dziecka,
- b. zwiększenie pewności siebie rodziców związanej z ich zdolnością podejmowania właściwych rodzicielskich decyzji,
- c. zwiększenie stopnia dbania o siebie przez rodziców, żeby zapewnić podstawowe zasoby niezbędne do efektywnego rodzicielstwa,
- d. ogólnie zwiększenie satysfakcji, radości a także zmniejszenie poziomu stresu związanego z rodzicielstwem.

Pierwsza szkoła coachów rodzicielskich w naszym kraju wystartowała jesienią 2010 roku.

*Źródło: [skarbydzieci.pl](http://skarbydzieci.pl), [psychologiairozwoj.pl](http://psychologiairozwoj.pl) oraz [dzieckowwarszawie.pl](http://dzieckowwarszawie.pl)*