

# Building Bridges: Promoting Social Inclusion and Wellbeing for Families of Children with Special Needs

Program ERASMUS+  
KA2: Cooperare pentru inovare și schimb de bune practici  
Parteneriat strategic in domeniul educației adulților  
Obiectiv principal: Dezvoltare și inovare  
Suceava, 31 ianuarie 2019



# *Factori de protecție și resurse în familia copiilor cu cerințe speciale*

asist. univ. dr. Diana-Sînziana Duca  
[diana.duca@usm.ro](mailto:diana.duca@usm.ro)

Facultatea de Științe ale Educației  
Universitatea Ștefan cel Mare  
Suceava

31 ianuarie 2019

## Familia - “un microcosmos al lumii” (Virginia Satir)



Pentru a înțelege lumea putem studia familia. Astfel, **puterea, intimitatea, autonomia, încrederea și abilitățile de comunicare sunt elemente vitale care stau la baza modului în care trăim în societate.**

A schimba lumea înseamnă a schimba familia.

Majoritatea oamenilor cunosc doar o zecime din ceea ce se întâmplă – zecimea pe care o văd și o aud.

## COMPORTAMENT ACȚIUNI

### STRATEGII DE COPING

EMOȚII (bucurie, frică, tristețe, furie)

EMOȚII FAȚĂ DE EMOȚII (furie față de frică, tristețe etc.)

PERCEPȚII

AȘTEPTĂRI

DORINȚE

SINE

Unii bănuiesc că ar putea fi mai mult decât atât, dau nu știu exact ce și nici nu știu cum să caute.

Această neștiință poate așeza familia pe o pantă periculoasă.

Aprecierea și afecțiunea, angajamentul, comunicarea pozitivă, timpul plăcut petrecut împreună, bunăstarea spirituală și capacitatea de a gestiona eficient stresul și crizele (DeFrain & Asay, 2007)

Calități/resurse  
/puncte tari

Dificultăți, puncte  
slabe

FAMILIA

# Resursele familiei – modele de conceptualizare

1

**Resursele ca mijloace folosite de familie pentru a face față unor situații dificile**

LPanganiban-Corales și Medina Jr. (2011).

2

**Teoria Conservării Resurselor**

Hobfoll, 1989

3

**Modelul Dublu ABCX al adaptării familiale**

Maccubbin & Patterson, 1983.

4

**Terapia de familie**

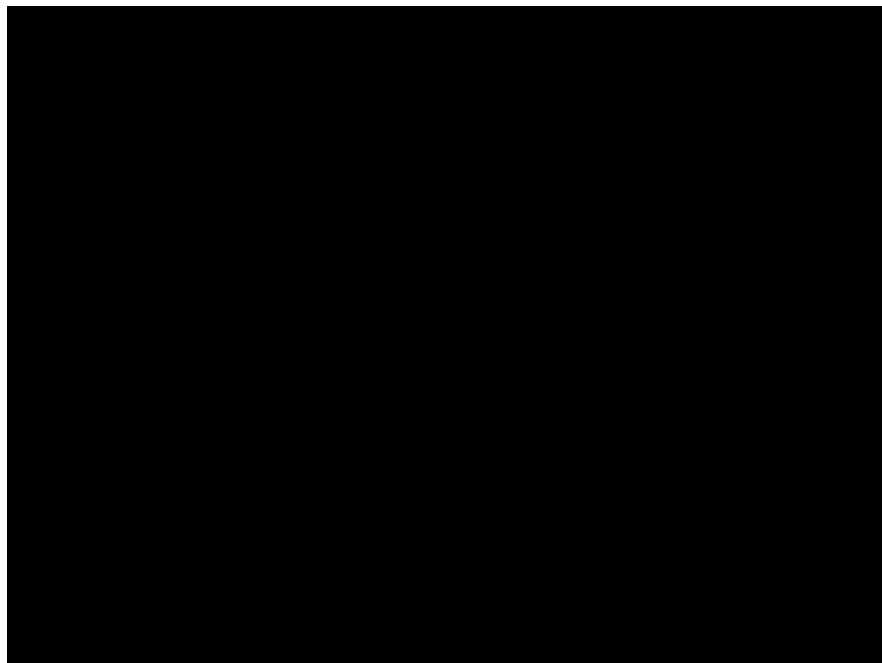
Virginia Satir, 1988

## Resursele familiale - mijloace folosite de familie pentru a face față unor situații dificile (Panganiban-Corales & Medina Jr., 2011).

01	RESURSE SOCIALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>rețeau de sprijin social reprezentată de soțul, soția, copiii, părinții, frații, vecinii, colegii etc</li> </ul>
02	RESURSE CULTURALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>valori culturale care pot influența capacitatea individului sau a familiei de a face față stresului, de exemplu, viziunea optimistă, abordarea activă vs. abordarea evitantă</li> </ul>
03	RESURSE RELIGIOASE	<ul style="list-style-type: none"> <li>credițe spirituale, servicii de suport spiritual, practici religioase</li> </ul>
04	RESURSE ECONOMICE	<ul style="list-style-type: none"> <li>venitul familiei</li> </ul>
05	RESURSE EDUCAȚIONALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>nivelul educației formale atins de o persoană care îi permite să înțeleagă starea sau condiția celui aflat în suferință, reușind astfel să îi acorde îngrijirile necesare</li> </ul>
06	RESURSE MEDICALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>accesibilitatea la facilități medicale și adecvarea ajutorului din partea furnizorilor de servicii de sănătate</li> </ul>

**Teoria Conservării Resurselor:** resursele sunt lucruri pe care oamenii le apreciază, le valorizează, cu accent pe obiecte, stări, condiții (Hobfoll, 1989).

Stresul apare atunci când survine o pierdere a resurselor sau amenințarea unei pierderi.





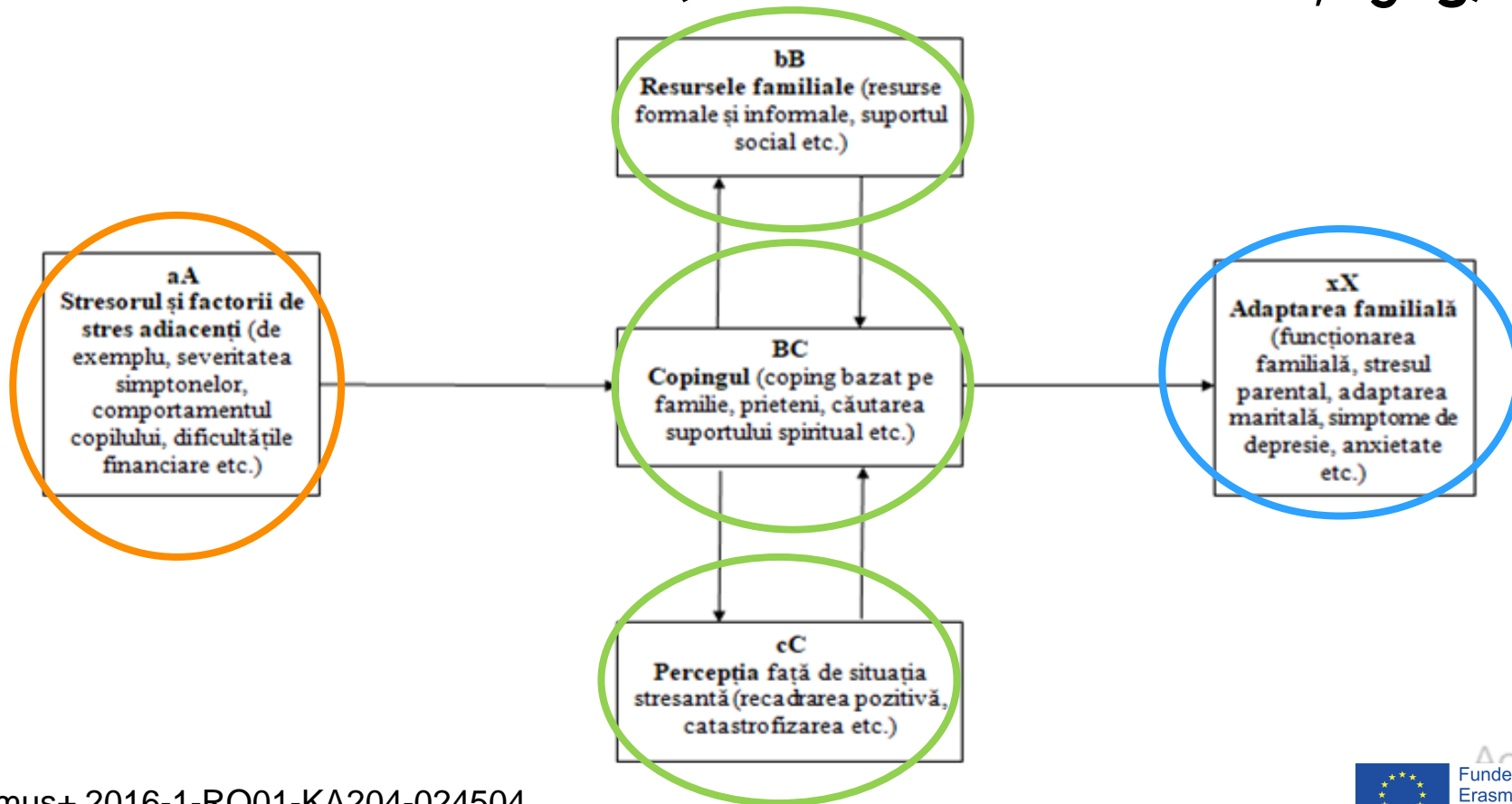
## Neveu, Pautian-Underdahl și Westman (2014) evidențiază analizarea unor resurse precum:

- securitatea locului de muncă;
- recompensele;
- autonomia, autoritatea deciziei, controlul;
- participarea la luarea deciziilor;
- oportunități de dezvoltare profesională;
- suportul social din partea familiei, sefului, colegilor, partenerilor;
- timpul petrecut departe de locul de muncă pentru recuperarea energiei;
- stima de sine, auto-eficiența, locul controlului;
- conștiințiozitatea, stabilitatea emoțională



Așadar, teoria conservării resurselor (Hobfoll, 1989, 1998) oferă un mijloc de înțelegere a impactului stresului și traumei asupra familiei și individului, precum și o manieră de a face față acestui impact prin prevenirea pierderii resurselor existente și obținerea altor resurse necesare copingului.

# Modelul dublu ABC-X (McCubbin & Patterson, 1983)



# Terapia familiei (Virginia Satir)

## *Cum e familia voastră?*

- Vă simțiți bine acum în familia voastră?
- Simțiți că trăiți alături de prieteni, oameni de care vă place și în care aveți încredere, care vă plac și au încredere în voi?
- E amuzant și interesant să faci parte din familia voastră?

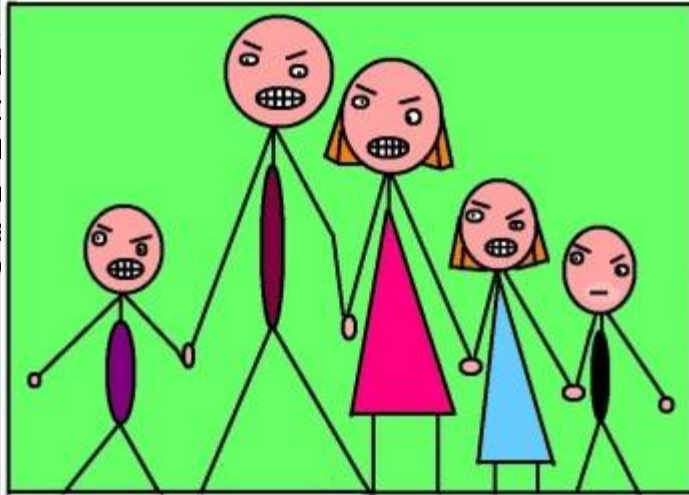


Dacă ați răspuns “da” la cele trei întrebări trăiți într-o familie **care favorizează dezvoltarea.**

Dacă ați răspuns “nu” sau “nu întotdeauna” probabil trăiți într-o familie mai mult sau mai puțin **disfuncțională.** Asta nu înseamnă că aveți o familie rea, ci că membrii familiei nu sunt foarte fericiți și nu au învățat cum să se iubească și să se prețuiască unii pe alții în mod deschis.

## Familia disfuncțională

- At
- alt
- Co
- at
- Mo
- pa
- ev

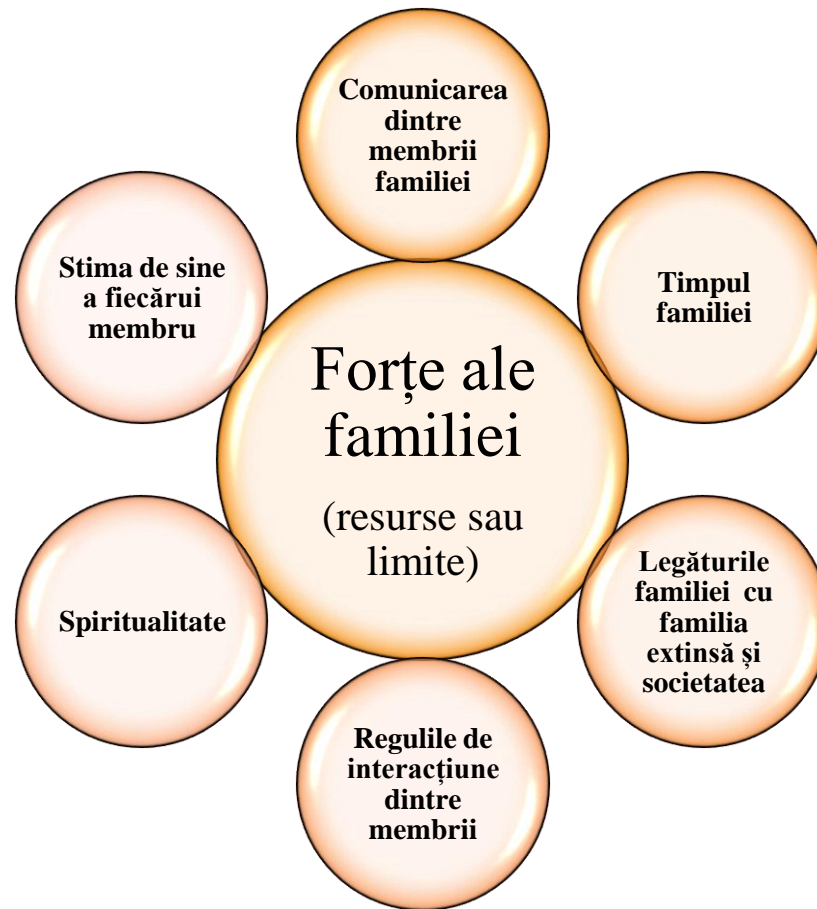


## Familia care favorizează dezvoltarea



“Familia poate fi locul unde găsim iubire, înțelegere și sprijin, chiar și atunci când am pierdut tot restul; este locul unde ne putem reînprospăta forțele și reîncărca bateriile pentru a face față mai bine lumii exterioare. Dar pentru milioane de familii cu probleme, acesta rămâne doar un vis.” (Satir, 1988, p.27)

“Am convingerea că orice familie cu probleme poate deveni o familie care favorizează dezvoltarea. Majoritatea lucrurilor care fac ca familiile să fie disfuncționale se învață după naștere. Dacă aceste lucruri se învață, atunci cu siguranță se și dezvăță, iar în locul lor se pot învăța lucruri noi” (Satir, 1988, p.34)



- ❑ Comunicarea reprezintă nucleul proceselor care se desfășoară la nivelul familiei.
- ❑ Comunicarea este procesul care dă sens și expune în exterior sentimente, visuri, dorințe etc.
- ❑ Comunicarea familială este mecanismul care provoacă cele mai multe experiențe de socializare timpurie.
- ❑ Comunicarea este mecanismul prin care membrii familiei stabilesc și dizolvă relațiile lor intime.
- ❑ Procesul de comunicare variază în funcție de generație, sex și nivelele de experiență.
- ❑ Multe probleme de comunicare sunt cauzate de diferențe în percepția sau maniera cum interpretează aceleași informații.
- ❑ Există tipare de universale de comunicare inter-umană pe care oamenii le folosesc pentru a fugi de amenințarea respingerii
  - împăciuitorul
  - acuzatorul
  - evaluatorul
  - confuzul



**Comunicarea  
dintre membrii  
familiei**

## Tipare disfuncționale de comunicare în situații de stres

Își distrage atenția, pentru a ignora amenințarea, comportându-se ca și cum aceasta nu ar exista.  
Răspunsul lui evocă dorința de distracție și așteaptă tolerarea.



EVALUATORUL

CONFUZUL

ÎMPĂCIUITORUL

ACUZATORUL

- Evaluează situația rațional și se poartă ca și cum amenințarea nu i-ar face rău, caz în care stima de sine se ascunde în spatele conceptelor mari și al conceptelor intelectuale.
- Răspunsul lui poate evoca invidie și așteaptă să te aliezi cu el.

- Dă vina pe alții, astfel încât, ceilalți să îl considere o persoană puternică.
- Răspunsul lui evocă frică și așteaptă supunere

- Are o atitudine împăciuitoare astfel încât celălalt să nu devină furios.
- Răspunsul lui evocă vinovăție și așteaptă cruțare, milă.

**Astfel, pentru îmbunătățirea comunicării în cadrul familiei se pot lua în considerare următoarele sugestii (Covey, 1989):**

- acordare unui **timp real în fiecare zi pentru a comunica** cu membrii familiei;
- inițierea propozițiilor cu **“eu” în loc de “tu”**;
- exprimarea **doar a ceea ce simțim, credem, dorim sau avem nevoie**, etc. și nu ceea ce o altă persoană simte, gândește, vrea sau are nevoie, etc.;
- este important a cere **feedback-ul** ori de câte ori este posibil;
- în loc de a respinge automat, sau a fi în dezacord cu opinia sau întrebarea cuiva, pot fi precizate cuvintele proprii despre ceea ce s-a spus;
- atunci când cineva vorbește, **ascultați-l** cu atenție;
- lasați totul la o parte și **priviți-vă interlocutorul în ochi**, acordați-i toată atenția;
- acordă atenție mesajelor **nonverbale** ca și mesajelor **verbale**.





## Timpul familiei

- ❑ Părinții petrec aproximativ 39 de minute pe săptămână în conversație semnificativă cu proprii lor copii.
- ❑ Adolescenții raportează mai puține simptome de stres, un nivel mai înalt de fericire atunci când iau masa împreună cu ambii părinți (Offer, 2013).
- ❑ Timpul petrecut cu familia nu are aceeași semnificație pentru toate familiile.
- ❑ Se constată diferențe între ceea ce copiii doresc, față de ceea ce își doresc adulții în materie de timp petrecut împreună (Daly, 1996).
- ❑ Timpul petrecut împreună cu familia este din ce în ce mai redus în ultimii ani. Părinții raportează nivele mai ridicate de vinovăție în legătură cu imposibilitatea de a petrece timp cu membrii familiei (Daly, 1996).



Un raport oferit de Institutul pentru Dizabilități din cadrul Universității Wyoming (A. Bowen, 2013) prezintă diverse sugestii pentru a îmbunătăți calitatea timpului petrecut împreună, cum ar fi:

### Momentele de zi cu zi pot fi petrecute mai plăcut dacă se pune accentul pe conversație

- părinții își pot aștepta copiii de la școală și pot să dedice timp
- masa poate fi pregătită împreună;
- masa ar trebui luată împreună măcar o dată pe zi;
- evitarea desfășurării discuțiilor în contradictoriu la masă;
- adresarea întrebărilor specifice despre activitățile de zi cu zi;
- inițierea discuțiilor despre cea mai bună/cea mai rea parte a zilei pentru ca toți să aibă prilejul să se exprime;

### În cazul momentelor mai speciale:

- nu trebuie permise distragerile (televizor, telefon etc.);
- copilul ar trebui să aibă posibilitatea să aleagă activitatea



### Strategiile de a petrece timp plăcut cu familia ar putea fi:

- practicarea/vizionarea sporturilor în aer liber;
- vizionarea filmelor împreună;
- jocuri de cărți, de societate, puzzle;
- cititul cărților cu voce tare;
- identificarea și practicarea unor hobby-uri comune (pescuitul, camping-ul, realizarea unor construcții împreună, lucrul la un proiect comun etc.).

## Ingrediente esențiale pentru o viață armonioasă:

- *Comunicare clară*
- *Împuternicire în locul subjugării*
- *Creșterea unicității individuale în loc de etichetare*
- *Folosirea autorității pentru a îndruma și a îndeplini, în loc de a forța complianța, prin tirania puterii*
- *Iubire, apreciere și respect deplin pentru propria persoană*
- *Responsabilitate la nivel personal și social*
- *Folosirea problemelor ca pe niste oportunități pentru a găsi soluții creative*





**BUILDING BRIDGES: PROMOTING SOCIAL INCLUSION AND WELLBEING FOR PARENTS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS**

Project Erasmus+ - 2016-1-RO01-KA204-024504  
KAG - Cooperation for Innovation and the Exchange of Good Practices  
Strategic Partnerships for adult education

