

Ο ρόλος της συμβουλευτικής Γονέων

Η συμβουλευτική γονέων αποτελεί έναν θεμελιώδη άξονα υποστήριξης της οικογένειας και της ψυχοσυναισθηματικής ανάπτυξης του παιδιού. Στην ουσία της, πρόκειται για μια διαδικασία συνεργασίας μεταξύ του γονέα και ενός ειδικού ψυχικής υγείας, με στόχο την κατανόηση των αναγκών του παιδιού και τη βελτίωση της γονικής στάσης και των δεξιοτήτων ανατροφής.

Σύμφωνα με τη Fitzgerald (2009), η αποτελεσματική γονική καθοδήγηση συμβάλλει στη μείωση των συγκρούσεων, στην ενίσχυση της συναισθηματικής επάρκειας του γονέα και στη βελτίωση της επικοινωνίας εντός της οικογένειας. Η συμβουλευτική προσφέρει στους γονείς ένα ασφαλές πλαίσιο για να επεξεργαστούν συναισθήματα, ερωτήματα και αβεβαιότητες που αφορούν τον γονεϊκό τους ρόλο.

Πολλές φορές οι γονείς βιώνουν άγχος, ενοχές ή αμφιβολίες σχετικά με τις επιλογές τους. Μέσα από τη συμβουλευτική, μπορούν να αποκτήσουν καλύτερη επίγνωση των αναγκών του παιδιού και να διαμορφώσουν στρατηγικές που βασίζονται σε σεβασμό, συνέπεια και ενσυναίσθηση.

Η έρευνα του Sanders (1999) στο πλαίσιο του προγράμματος Positive Parenting Program (Triple P) έχει δείξει ότι η συμμετοχή των γονέων σε συμβουλευτικές παρεμβάσεις σχετίζεται με σημαντική μείωση της προβληματικής συμπεριφοράς των παιδιών, αύξηση των γονικών δεξιοτήτων και μείωση του στρες στους γονείς.

Επιπλέον, η συμβουλευτική δεν αφορά μόνο την αντιμετώπιση δυσκολιών. Αποτελεί και ένα προληπτικό μέτρο, που ενισχύει τη θετική γονεϊκότητα και την αυτοτελοποίηση του γονέα. Όπως τονίζει ο Carl Rogers, «ο γονέας που είναι σε θέση να ακούει με αποδοχή και χωρίς κριτική, συμβάλλει στην προσωπική ανάπτυξη του παιδιού».

Η διαδικασία μπορεί να λάβει πολλές μορφές: ατομικές συνεδρίες, ομάδες γονέων, ή ακόμα και καθοδηγητικές παρεμβάσεις στο πλαίσιο της σχολικής κοινότητας. Η συμβουλευτική γονέων αποτελεί θεμέλιο για την ανάπτυξη μιας υγιούς οικογενειακής δυναμικής, προάγοντας τόσο την ευημερία του παιδιού όσο και την ψυχική ανθεκτικότητα του γονέα.

Βιβλιογραφία / Έρευνα:

- Fitzgerald, M. M. (2009). Parenting Interventions and Positive Child Outcomes.
- Sanders, M. R. (1999). Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 2(2), 71–90.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*.