



EFFICIENT PARENTING

# Parenting eficient

## Raportul de recomandări de politici

### Rezumat

#### *Pregătit cu contribuția partenerilor*

Fundatia de Abilitare Speranta  
University of the Aegean  
Institute of Development Ltd  
The Rural Hub  
CARDET  
Centro Sviluppo Creativo Danilo Dolci

Titlul proiectului	EFFective and Innovative approaChes for resilIENT PARENTING / Abordări eficiente și inovatoare pentru parenting rezilient
Acronimul proiectului	EFFICIENT PARENTING / PARENTING EFICIENT
Numărul proiectului	2019-1-RO01-KA204-063747

# Cuprins

Rezumat .....	3
Motivația și abordarea proiectului Parenting Eficient .....	5
Abordare în fiecare țară parteneră .....	5
Cipru .....	5
Grecia .....	6
Italia .....	7
Irlanda .....	7
România .....	8
Succesele și provocările noastre - lecții învățate din fiecare țară parteneră .....	9
Succese în fiecare țară parteneră .....	9
Cipru .....	9
Grecia .....	9
Italy .....	10
Ireland .....	10
România .....	11
Provocări în fiecare țară parteneră .....	11
Cipru .....	11
Grecia .....	12
Italia .....	12
Irlanda .....	12
România .....	12
Lecții învățate și recomandări principale .....	13
Ce a funcționat bine: .....	13
Recomandările noastre: .....	13
Recomandări pentru practicieni .....	14
Recomandări pentru factorii de decizie .....	16

## Rezumat

Sprrijinul parental a câștigat interes din partea factorilor de decizie la nivel european (Recomandările Comitetului de Miniștri privind politica Consiliului Europei pentru a sprijini parentingul pozitiv, 2006; brief privind politica de sprijin parental - Comisia Europeană 2013) care recunosc importanța rolului părinților asupra dezvoltării și bunăstării copiilor. În societatea digitală modernă de astăzi, rolul părintelui este în continuă schimbare și, prin urmare, părinții au nevoie de o pregătire specială pentru a-i sprijini în rolul lor. Acest lucru este susținut prin toate feedback-urile care au fost colectate de toți partenerii din proiectul Efficient Parenting. La început, obiectivul nostru a fost de a concepe un pachet de formare care să sprijine părinții să își sporească capacitățile parentale și să asigure bunăstarea copiilor lor; deși acest lucru a fost realizat în mod eficient în fiecare țară parteneră, proiectul a depășit acest obiectiv inițial și a ajutat părinții să acorde prioritate, de asemenea, bunăstării lor și a tuturor membrilor familiilor lor.

Raportul privind recomandările de politici își propune să prezinte o colecție de lecții învățate, cele mai bune practici, exemple și recomandări, orientate atât la nivel de politici, cât și la nivelul practicienilor din Europa, care au fost construite pe baza experienței colective a partenerilor implicați în dezvoltarea și livrarea proiectului Parenting Eficient. Prin acest Raport, intenția noastră este să adunăm perspectivele părinților și educatorilor care au fost implicați în proiectul Parenting Eficient, ca bază pentru recomandări la nivel de politici și practici; astfel, proiectul Parenting Eficient să poată fi privit ca un model de bune practici în dezvoltarea abilităților parentale, precum și a rutinelor de auto-îngrijire; de asemenea, acest model să poată fi transferat în alte comunități și regiuni din Europa.

Prin acest raport, scopul nostru a fost de a implica educatori și părinți, practicieni și factori de decizie din toată Europa, în dezbateră politică cu privire la modul în care părinții sunt susținuți în rolul lor de primi educatori ai copiilor lor și la sprijinul ce li se oferă părinților din diverse medii adesea marginalizate; de asemenea, ne-am propus să prezentăm lecțiile pe care le-am învățat prin pilotarea proiectului Parenting Eficient în cele șase țări partenere reprezentate în acest consorțiu, și anume: România, Cipru, Grecia, Italia și Irlanda.

Prin recomandările de politici incluse în acest raport, intenția noastră este de a aduce argumente pentru schimbarea politicilor de sprijinire a educației și a modului în care aceasta este oferită în fiecare dintre regiunile în care a fost pilotat proiectul Parenting Eficient, și mai departe în întreaga Europă; de asemenea, recomandările sunt menite să ofere sfaturi practice și îndrumări altor practicieni din întreaga Europă care vor dori să utilizeze pachetul de formare Parenting Eficient pentru părinții din comunitățile lor. Sperăm că, împărtășind experiențele noastre și lecțiile învățate,

impactul proiectului Parenting Eficient poate fi simțit în toată Europa și poate avea un efect pozitiv asupra vieții mai multor părinți decât cei la care a putut să ajungă proiectul.

Partenerii proiectului Parenting Eficient au colaborat în ultimele 24 de luni pentru a elabora materiale de instruire inovatoare, resurse și practici de auto-ajutorare care vor dezvolta abilitățile, competențele și încrederea părinților implicați în proiect. Proiectul a elaborat până acum un ghid cuprinzător pentru părinți, însoțit de o serie de animații scurte care oferă o imagine instantanee a conținutului ghidului, și o platformă de învățare online care oferă acces la toate materialele de învățare produse de către echipa de proiect, precum și la resurse suplimentare de învățare care îi vor sprijini în rolul lor de părinți. Aceste resurse au fost testate cu părinți din România, Cipru, Grecia, Italia și Irlanda.

Ceea ce am aflat prin acest proiect este că mulți părinți trec prin perioade dificile din cauza pandemiei de COVID-19, mai ales având în vedere rolul lor dublu de părinți și profesori implicați în educația desfășurată acasă; de asemenea, am aflat că abordarea Parenting Eficient este extrem de utilă pentru sprijinirea părinților.

Datorită proiectului Parenting Eficient, părinții se simt sprijiniți și capacitați să își actualizeze abilitățile de părinți și să-și susțină copiii în lumea modernă, digitală, mai ales având în vedere cum vor ieși din pandemie și din restricțiile sociale.

Datorită proiectului Parenting Eficient, unii părinți practică acum îngrijirea de sine, mindfulness, meditația și își lasă timp în fiecare zi pentru a avea grijă de ei înșiși.

Datorită proiectului Parenting Eficient, părinții au acum, pentru prima dată, instruire țintită în limba lor maternă.

Mulțumită proiectului Parenting Eficient, părinții sunt la curent cu resursele disponibile pentru ei, chiar și acolo unde serviciile publice sunt limitate, și pot identifica sprijin suplimentar pe care se pot baza, dincolo de resursele interne ale familiei.

Datorită proiectului Parenting Eficient, părinții din întreaga Europă au reușit să se oprească, să facă un bilanț și să-și evalueze propriul stil parental și să se angajeze să facă schimbările necesare pentru a-și asigura propria bunăstare și bunăstarea copiilor lor.

Prin urmare, ca parteneri în cadrul proiectului Parenting Eficient considerăm că ne-am depășit cu mult obiectivele inițiale și suntem mândri de impactul pe care l-am obținut asupra părinților din comunitățile noastre. Scopul acestui Raport privind recomandările de politici este de a prezenta o colecție a lecțiilor pe care le-am învățat, cele mai bune practici, exemple pe care le-am dezvoltat și recomandările pe care am dori să le împărtășim atât la nivel de politici, cât și la nivel de practicieni

din Europa; toate acestea se bazează pe experiența noastră colectivă în dezvoltarea și livrarea proiectului Parenting Eficient.

## Motivația și abordarea proiectului Parenting Eficient

În esență, proiectul Parenting Eficient și-a propus să sprijine părinții să-și dezvolte capacitățile parentale și, de asemenea, să-i sprijine în identificarea și abordarea propriilor nevoi și să practice auto-îngrijirea. Aceasta este o abordare nouă a formării parentale, care își propune să pună părinții în centrul proceselor de dezvoltare și implementare a curriculumului. Partenerii proiectului au identificat nevoia de a sprijini părinții în rolul lor, datorită progreselor tehnologice semnificative pe care le-am observat în ultimii ani și a impactului pe care acest lucru îl are asupra relațiilor copiilor și a părinților și asupra bunăstării copiilor. Există astăzi un decalaj digital între părinți și copii, apărut în ultimele decenii de când a început epoca internetului, dar care nu a fost niciodată atât de vast. Copiii au acces la mai multe platforme și canale online astăzi decât oricând, iar părinții sunt pierduți într-o mare de platforme digitale cu care nu sunt familiarizați, neștiind dacă copiii lor sunt în siguranță în aceste medii online, dar încercând cu disperare să-i protejeze. Timpul pe ecran s-a infiltrat și în timpul familiei. Ar fi interesant să facem cercetări pentru a vedea câte mese au un smartphone sau un iPad în fața copilului sau părinților. Ecranele sunt o necesitate în lumea digitală de astăzi, dar atunci când au un impact asupra timpului în familie, ele influențează și relațiile de familie. Timpul petrecut pe ecran poate aduce probleme emoționale și comportamentale, o lipsă de conexiune socială între părinți și poate afecta grav bunăstarea și stima de sine a copiilor și a părinților. Prin urmare, rațiunea acestui proiect a fost acela de a sprijini părinții să investească în bunăstarea emoțională și socială a familiilor lor, dezvoltându-și abilitățile parentale și asigurându-se că relațiile familiale pozitive pot fi cultivate, chiar și în era digitală.

## Abordare în fiecare țară parteneră

Pentru a realiza acest proiect și pentru a se asigura că va avea impactul necesar în rândul părinților din fiecare țară, partenerii de proiect au întreprins o serie de abordări diferite pentru a implica părinții în formare. O prezentare generală a acestor abordări diferite este inclusă mai jos, alături de câteva feedback-uri primite de la părinți:

### Cipru

Pentru a fundamenta dezvoltarea manualului PARENTING EFICIENT și pentru a investiga nevoile părinților cu copii cu vârste cuprinse între 0-7 ani, CARDET a realizat un sondaj online pentru a identifica nevoile actuale ale părinților. În total, 100 de participanți au completat sondajul Ciprului. Rezultatele sondajului de analiză a nevoilor din Cipru au confirmat necesitatea

proiectului și o nevoie imediată ca părinții ciprioți să găsească modalități de a-și îmbunătăți abilitățile și capacitățile legate de bunăstarea lor și de rolul și responsabilitățile lor de părinți.

Mergând mai departe, am organizat și un focus grup pentru a identifica nevoile actuale ale părinților în Cipru. Din cauza pandemiei, evenimentul a avut loc online prin ZOOM pe 30.03.2020 cu participarea a 6 părinți. După ce am finalizat sondajul online și focus grupul, am putut identifica nevoile și am dezvoltat manualul. De îndată ce a fost finalizat, am testat materialul în cadrul unui nou focus grup pentru a prezenta părinților prima schiță a acestuia și pentru a colecta feedback-ul acestora în termeni de modificări și/sau completări necesare pentru a perfecționa manualul. Focus grupul a avut loc online cu 11 părinți în data de 08.07.2020. Feedback-ul focus-grupurilor a fost că toți părinții au fost dornici să afle mai multe despre proiect și să primească invitații pentru următorii pași și evenimente. Participanții la focus grup din Cipru nu au identificat necesitatea de modificări sau corecții, iar răspunsul general a fost pozitiv și entuziast. Manualul a fost apoi elaborat în formă definitivă și tradus. Notă: trainingul a durat câte 2 ore. Pentru spațiul de e-learning și modulele online (IO2), CARDET a fost partenerul responsabil de crearea platformei de e-learning. Pentru a evalua platforma, am trimis un chestionar de evaluare cu scopul de a prezenta părinților platforma, de a colecta feedback-ul acestora, de a opera, dacă este necesar, modificări relevante, de a perfecționa și de a finaliza materialul. 71,3% dintre participanți au fost femei și 28,7% bărbați. În total, au fost colectate 160 de răspunsuri din toate țările partenere: România (32), Cipru (33), Grecia (32), Italia (32) și Irlanda (31).

Legat de feedback-ul primit de la părinți, rezultatele chestionarelor de evaluare au confirmat scopurile și motivația care au permis inițial Consorțiului Proiectului să se angajeze în acest proiect. Părinții au manifestat entuziasm pentru platforma de e-Learning și site-ul web și au fost dornici să afle mai multe despre proiect. Toți părinții au fost extrem de mulțumiți de obiectivele și rezultatele proiectului Parenting Eficient. Și-au exprimat un interes puternic pentru conexiunea socială (în special având în vedere momentul și situația COVID-19) și pentru a găsi soluții practice și rutine pe care le pot aplica în viața de zi cu zi implicând toți membrii familiei.

## Grecia

UAegean a urmat un *blended learning* (învățare hibridă), model care a inclus ateliere față în față cu părinții bazate pe „IO1 – Manualul Parenting Eficient” combinat cu spațiul e-Learning și module online (IO2).

Logistica atelierelor față în față:

- Joi 06/03, 08:15 – 16:10, 60 de părinți din clasa A și clasa B (2 clase pentru fiecare nivel) ai Școlii I Primare Rafina, profesorii claselor relevante: doamna Maria Koutri (Clasa A2), doamna Sofia Korre (Clasa B1) și doamna SevastiMouxtoupi (Clasa B2). Facilitator: Anastasia Pyrini, profesor clasa A1/cercetător; observator UAegean: Profesor Emeritus Konstantinos Tsolakidis

- Vineri 4/6, 08:15 – 16:10 15, părinți din clasa B a Școlii a IV-a Primară Rafina; profesorul clasei: doamna Athanasia Beltertzi; facilitator: Anastasia Pyrini, profesor clasa A1/cercetător; observator UAegean: Profesor emerit Konstantinos Tsolakidis
- Marți 8/6, 08:15 – 16:15 10, 15 părinți din clasa A ai școlii primare „Agia Marina” din Nea Makri, profesorul clasei: doamna Dimitra Raiou; facilitator: Anastasia Pyrini, profesor clasa A1/cercetător; observator UAegean: Profesor emerit Konstantinos Tsolakidis
- Miercuri 8/6, 08 :15 – 16:10 15, părinți din zona lărgită din Attica de Est reprezentând departamentul de învățământ secundar din Attica de Est, Dr. Tilemachos Raptis și domnul George Sarrigeorgiou; facilitator: Anastasia Pyrin, profesor clasa A1/cercetător; observator UAegean: Profesor emerit Konstantinos Tsolakidis

Părinții și tutorii au salutat cu entuziasm programul de formare. Aceștia au afirmat că Resursele Educaționale Deschise ale proiectului le satisfac pe deplin nevoile și sunt de foarte înaltă calitate. Ei au mai specificat că programul de formare „Parenting Eficient” este primul, din câte știu ei, care este disponibil în limba greacă gratuit. Au menționat și alte programe de consiliere parentală pe care le-au întâlnit pe rețelele de socializare, dar care sunt contra cost.

## Italia

În faza de analiză a nevoilor, CSC a colectat 56 de răspunsuri la chestionarul online de la părinții italieni. CSC DaniloDolci a organizat un focus grup online cu 7 părinți pentru a prezenta IO1, iar ulterior a colectat online 30 de chestionare pentru pilotarea Manualului IO1. Toate activitățile s-au desfășurat online din cauza situației de pandemie; a fost organizată o sesiune de instruire cu 7 părinți care a durat două ore, pentru a pilota activitățile IO1 direct cu grupul țintă.

Toți părinții și-au exprimat un feedback pozitiv asupra activităților cuprinse în manual, în special cele legate de bunăstare; aproape toți participanții au apreciat videoclipurile legate de subiectele proiectului.

## Irlanda

În Irlanda, din păcate, din cauza COVID-19, ne-am angajat să livrăm proiectul Parenting Eficient doar online. Am fi preferat să oferim această instruire în persoană, deoarece credem că impactul ar fi avut și mai mult efect. Am avut carantine și restricții stricte în Irlanda în mod aproape continuu din martie 2020. Prin urmare, contactul direct cu beneficiarii pentru a găzdui evenimentului de formare, sau cu partenerii pentru evenimentul multiplicator, nu a fost posibil. Cu toate acestea, prin platforma și modulele atractive de e-learning, precum și prin animațiile scurte pe care le-am creat pentru a sprijini implementarea proiectului Parenting Eficient în formate digitale și online, am reușit să oferim cursuri de calitate părinților, în ciuda formatului online. În plus, pe baza nevoilor care au

fost identificate în rândul părinților pe parcursul pilotajului, am aflat că aceștia s-au luptat foarte mult cu lucrutul la distanță și cu școlarizarea la domiciliu ca urmare a pandemiei. Astfel, deși cursul online nu a fost soluția ideală, părinților le-a plăcut să aibă un spațiu în care să discute aceste probleme cu alți părinți și să-și împărtășească experiențele. Pornind de la această nouă perspectivă asupra nevoilor părinților, am reușit să angajăm un expert extern în furnizarea de sprijin dedicat părinților pe tema psihologiei pozitive. Am angajat acest expert extern pentru a oferi părinților sfaturi specifice, astfel încât aceștia să poată avea grijă de ei înșiși, dar și să se poată reconecta cu lumea reală (nu doar cu lumea virtuală) și să-și sprijine copiii în a relua legătura cu aceasta dar și cu natura, acum, când Irlanda se deschide în sfârșit din carantinele sale lungi și grele. Deoarece am fost forțați să găzduim acest training online, ne-am asigurat că am făcut tot posibilul pentru a ne conecta cu adevărat cu părinții și, prin urmare, simțim că am obținut rezultate foarte pozitive cu părinții.

Legat de feedback-ul primit de la părinți, așa cum am menționat anterior, aceștia s-au bucurat cu adevărat de oportunitatea de a se conecta unii cu alții și de a-și împărtăși experiențele și de a vorbi despre viața lor din ultimele 18 luni – această perioadă reprezentând o povară semnificativă pentru părinții din Irlanda care trebuiau să lucreze de la distanță și, în același timp, să îndeplinească și rolul de profesori pentru copiii lor, cu foarte puțină pregătire sau sprijin. Ceea ce a reieșit ca feedback a fost că subiectul „conexiunii sociale” a fost deosebit de important pentru părinții de astăzi. Mulți erau îngrijorați că și-au pierdut o parte din conexiunea socială cu copiii lor, deoarece au petrecut atât de mult timp pe ecrane în timpul COVID-19, dar și că ei și copiii lor și-au pierdut o parte din conexiunea socială cu lumea exterioară/reală. Mulți copii sunt speriați să nu contacteze virusul, pentru că au fost instruiți despre el în școală și prin TV și sunt îngrijorați să se angajeze din nou în această lume în care virusul este încă activ. Părinții și-au exprimat teama că nu se vor putea angaja social în școală atunci când aceasta se va redeschide. Prin urmare, obiectivul evenimentului nostru multiplicator a fost să lucrăm împreună cu părinții pentru a identifica modalități de sprijinire a conexiunii sociale dintre copiii lor și lumea exterioară într-o perioadă pandemică și moduri în care copiii se pot conecta cu natura pentru a-și menține bunăstarea în această perioadă. Prin urmare, a fost un proiect foarte pozitiv și util în regiunea noastră.

## România

Am organizat un atelier față în față cu 5 părinți în care am finalizat toate activitățile din modulele online, le-am prezentat manualul și revista, le-am oferit câteva îndrumări din manual și le-am oferit sfaturi și sprijin cu privire la nevoile specifice pe care le-am identificat înainte și în timpul atelierului. Atelierul a durat 4 ore. Am pus la dispoziție manualul tuturor părinților care au venit în organizația noastră cu copiii pentru terapii. Au avut posibilitatea să îl citească în timp ce își așteptau copiii. Acesta a inclus un număr de 73 de părinți cu copii de diferite vârste.

Legat de feedback-ul primit de la părinți, aceștia au apreciat foarte mult evenimentul, toate informațiile au fost primite cu entuziasm. Ei și-au exprimat dorința de a participa și pe viitor la



acest tip de ateliere. Resimt o lipsă de sprijin pentru părinți în general, și susțin că acest proiect i-a adus mai aproape de oameni și de informații care îi pot ajuta să devină părinți mai buni.

## Succesele și provocările noastre - lecții învățate din fiecare țară parteneră

În formularea recomandărilor de politici, partenerii de proiect au reflectat asupra modului în care proiectul Parenting Eficient a fost realizat în fiecare țară și au identificat principalele succese de care s-a bucurat acesta în fiecare țară parteneră, dar și provocările cu care s-au confruntat partenerii în dezvoltarea și realizarea acestui proiect, precum și modul în care au fost depășite aceste provocări. O serie de succese și provocări sunt incluse în acest Raport de recomandări de politici, cu scopul de a sprijini și alți practicieni sau furnizori de educație pentru adulți și familie din întreaga Europă în livrarea pachetului de formare Parenting Eficient părinților din comunitățile lor locale.

### Succese în fiecare țară parteneră

Începând prima dată cu succesele, această secțiune prezintă principalele succese realizate în fiecare țară ca un rezultat direct al implementării proiectului Parenting Eficient.

#### Cipru

Succesul a constat în faptul că părinții s-au prezentat la întâlnirile online, s-au angajat în conversații și au oferit sprijinul și feedback-ul lor pozitiv, în ciuda faptului că am organizat evenimentul online din cauza pandemiei. Proiectul este cu adevărat important pentru ei. În plus, s-au evidențiat următoarele succese:

1. Creșterea gradului de conștientizare.
2. Schimb de idei între părinți înșiși.
3. Rețea de părinți.

#### Grecia

O mamă s-a prezentat drept „mamă de suflet” și a explicat că și-a adoptat cei trei copii (o adolescentă și o pereche de băieți gemeni de 7 ani), refugiați din Siria.

Cu lacrimi în ochi ne-a spus că este în căutarea unor modalități de a deveni o „mamă bună” pentru copiii ei și a simțit că programul o va ajuta și îi va sprijini efortul.

Un tată al unui băiat cu ADHD ne-a spus că de fiecare dată când a fost implicat în activități de formare, în principal în mediul școlar, se simțea arătat cu degetul pentru ceea ce nu face bine ca

părinte și chiar acuzat pentru comportamentul inadecvat al copilului. Totuși, în atelierul Parenting Eficient a simțit că programul de formare răspunde într-adevăr nevoilor sale personale și că în conținutul educațional al acestuia ar putea găsi soluții la problemele cu care se confruntă în viața de zi cu zi.

Un profesor, extrem de eficient în munca sa, a declarat că este complet incapabil să impună limite fiicei sale de 4 ani, că îi face toate capriciile și, deși își dă seama că în acest fel răsfăță copilul, nu se poate comporta diferit. A venit la programul de formare cu speranța de a găsi îndrumări în problema care îl preocupă, pentru a deveni un părinte mai eficient. La sfârșitul instruirii, a raportat că va studia și va urma liniile directoare și activitățile propuse pentru a-și îmbunătăți stilul parental.

## Italia

În Italia, s-au înregistrat următoarele succese:

- 1) Părinții și-au lărgit cunoștințele despre soluții de a-și gestiona copiii
- 2) Părinții au devenit conștienți de aspecte precum bunăstarea proprie și cea psihologică
- 3) Părinții au avut șansa de a face schimb de experiențe și soluții cu alți părinți

## Irlanda

În Irlanda, partenerul de proiect s-a bucurat de multe succese reflectate în răspunsul primit de la părinții care au participat la instruire. Am observat o îmbunătățire la nivel de grup cu fiecare sesiune, părinții păreau mai dispuși și mai deschiși să împărtășească unii cu alții experiențele lor ca părinți în timpul COVID-19, preocupările și grijile cu privire la educația parentală în lumea post-pandemie. Mai exact, succesele la care am asistat au inclus:

1. Implicarea părinților în crearea de rețele unii cu alții – oferindu-se sprijin reciproc și împărtășindu-și poveștile și experiențele ca părinți în timpul pandemiei. Acest lucru a fost posibil datorită atmosferei deschise și de susținere creată în timpul training-ului.
2. Evidențierea de către părinți a nevoii de a avea grijă de ei înșiși, precum și de copiii și familiile lor; considerăm ca succes angajamentul părinților de a-și acorda 10 minute în fiecare zi pentru a intra în contact cu ei înșiși și a-și gestiona bunăstarea emoțională și mentală, prin meditații simple și tehnici de respirație care au fost promovate prin antrenament.
3. Părinții au raportat că se simt mai bine conectați în cadrul propriilor comunități prin crearea de legături cu alți părinți. Acest lucru a avut un impact semnificativ asupra părinților care locuiesc în zone rurale, care au raportat că se simt izolați în timpul pandemiei de COVID-19.

## România

În România s-au înregistrat următoarele succese:

1. Consolarea părinților, realizând că fiecare părinte are dificultăți în a-și crește copiii, chiar dacă aceștia sunt diferiți.
2. Părinții realizând că există întotdeauna o modalitate bună de a face față situațiilor dificile atunci când cresc un copil, ceea ce va ajuta nu numai la creșterea unui copil bine echilibrat, ci și la construirea unei relații sănătoase părinte-copil.
3. Oferirea posibilității părinților de a deveni mai buni în creșterea copiilor.

## Provocări în fiecare țară parteneră

Deși au existat multe succese semnificative în acest proiect și deși proiectul a fost evaluat pozitiv în fiecare țară parteneră, partenerii s-au confruntat cu unele provocări și le-au depășit; un obstacol a fost în special implementarea acestui proiect în timpul pandemiei de COVID-19. Ca atare, este necesar să enumerăm aceste provocări și să evidențiem modul în care partenerii le-au depășit, deoarece acest lucru va ajuta alți furnizori de educație pentru adulți și familii din alte regiuni și țări din Europa. Ei vor putea astfel să evite aceste obstacole dacă decid să implementeze pachetul de formare Parenting Eficient în comunitatea lor sau să învețe din experiențele noastre în cazul în care se confruntă și cu provocări similare în furnizarea programului în propriul lor context. Următoarea secțiune oferă o privire de ansamblu asupra provocărilor cu care se confruntă fiecare țară parteneră și o explicație a modului în care partenerii au depășit aceste probleme. După cum veți vedea, majoritatea provocărilor se referă la furnizarea acestei instruirii în timpul pandemiei de COVID-19, așa cum este de așteptat.

## Cipru

Principala provocare a fost aceea de a organiza evenimentele online și de a nu putea fi față în față cu părinții pentru a avea o conversație mai interactivă. Pentru a depăși acest lucru, am încurajat părinții să aibă camerele pornite și am început, de asemenea, conversații pentru a-i menține activi. În plus, ne-am jucat și am folosit alte instrumente (cum ar fi Mentimeter) pentru a face trainingul mai interactiv. În plus, o altă provocare în Cipru, din cauza restricțiilor legate de COVID-19, a fost atenuarea schimbului de idei, gânduri și energii în cadrul instruirii.

Deși totul a decurs fără probleme și feedback-ul a fost excepțional de pozitiv, acest lucru încă influențează trainingul. Pentru a depăși acest obstacol, partenerii au păstrat o atitudine pozitivă, prietenoasă, în timp ce s-au asigurat că își manifestă disponibilitatea pentru a oferi audienței orice informații suplimentare, clarificări și familiarizare cu materialele de instruire Parenting Eficient.

## Grecia

În Grecia, singura dificultate a fost respectarea măsurilor de protecție împotriva coronavirusului. Participanții au avut tendința de a-și scoate măștile de protecție, mai ales când vorbeau. Pentru a depăși această problemă, partenerul a făcut recomandări politicoase pentru utilizarea corectă a măștilor de protecție, dar uneori nevoia de comunicare prin expresii faciale a fost de așa natură încât partenerul a trecut cu vederea utilizarea măștii.

## Italia

Desigur, imposibilitatea de a avea întâlniri față în față și necesitatea de a recurge la modalitatea online de desfășurare a tuturor activităților a fost o limitare a instruirii. Nu a existat nicio modalitate de a depăși acest lucru, în afară de a ne angaja să oferim cursul online.

## Irlanda

După cum e de așteptat, principala noastră provocare a fost că nu am putut oferi în persoană instruirea sau evenimentul multiplicator părinților din comunitatea noastră. În schimb, a trebuit să oferim programul online, ceea ce a afectat natura instruirii, nivelul de implicare pe care l-am putut încuraja și, de asemenea, relația dintre părinți. Deși totul a fost extrem de pozitiv și deși a avut un impact semnificativ asupra părinților, există sentimentul că ar fi putut fi mult mai mult dacă trainingul ar fi avut loc în persoană. Pentru a depăși această provocare, The Rural Hub a decis să piloteze o abordare de tip „lecție inversată”, în care părinții au finalizat o parte din lucrările cursului acasă înainte de sesiunea online, iar apoi sesiunile online au fost folosite pentru discuții, pentru a prezenta conținutul manualului și de a împărtăși povești și experiențe între părinți. Acest lucru a făcut ca sesiunile online să fie mai animate și mai captivante, deoarece părinții se uitau la fețele celuilalt și nu doar la un ecran cu o prezentare Power Point.

## România

Pandemia a limitat accesul nostru la părinți și interacțiunea față în față cu aceștia. Pentru a depăși acest obstacol, partenerul a folosit platforme online pentru a lua legătura cu părinții, a-i informa cu privire la rezultatele proiectului și pentru a-i încuraja să folosească informațiile din manual și activitățile din modulele online. De asemenea, partenerii au organizat ateliere cu un număr limitat de părinți.

## Lecții învățate și recomandări principale

Pe baza experiențelor noastre colective de furnizare a pachetului de formare Parenting Eficient către părinții din comunitățile locale, partenerii de proiect ar dori să evidențieze ceea ce a funcționat bine în pilotarea acestui pachet de formare și să facă următoarele recomandări furnizorilor de educație pentru adulți și familie care vor dori să ofere această formare în propriile comunități:

### Ce a funcționat bine:

- Părinții au fost foarte activi și au fost interesați să învețe mai multe. Cu siguranță vom folosi din nou mai mult material relevant pentru ei și le vom oferi subiecte suplimentare de discutat.
- Am urmat manualul pas cu pas și totul a mers bine. Poate că dacă am avea resursele necesare (spațiul de desfășurare, alături de timpul și disponibilitatea părinților/tutorilor) am putea prelungi durata atelierelor la trei zile, câte una pentru fiecare unitate tematică.
- A fost foarte utilă intervenția specialiștilor care au livrat activitățile pentru părinți.
- Exemple din situații practice de zi cu zi.
- Oferirea de informații despre sistemul de sprijin (servicii de consiliere pentru părinți).
- Părinții au răspuns bine la promovarea online. Aceasta poate fi folosită în continuare pentru a crește numărul de participanți.
- Abordarea lecției inversate a fost foarte eficientă în a le oferi părinților timp să vorbească între ei.
- Aplicațiile practice au fost foarte antrenante.
- Pentru părinți a fost extrem de utilă ocazia de a vorbi și de a împărtăși propriile experiențe.
- Conectarea între ei a oamenilor cu aceleași preocupări.

### Recomandările noastre:

Dacă am derula din nou acest program de formare cu părinții, în mod ideal, am schimba următoarele lucruri:

- Am încerca să derulăm cursurile în persoană.
- Posibilitatea de a urmări procesul de înscriere și de învățare al părinților/tutorilor pe platformă și de a avea interacțiuni cu aceștia.
- Mai multe ore de instruire; ca alternativă se poate pune manualul la dispoziția participanților înainte de training-ul propriu-zis pentru ca aceștia să-l citească.

- Am lua legătura cu asociațiile de părinți pentru a spori numărul participanților; este ceea ce am încercat să facem, dar din cauza pandemiei de COVID-19, a fost greu să consolidăm un contact cu oameni și asociații.
- Ideal ar fi ca training-ul să fie față în față și chiar mai interactiv.

Dacă un furnizor de educație pentru adulți extern ar oferi acest pachet de formare de la zero, am face următoarele recomandări:

- Formatorii trebuie să asculte nevoile părinților. Rolul lor este acela de a le pune la dispoziție un material care să răspundă nevoilor lor dar și de a le prezenta într-un mod mai „ușor” și distractiv pentru ca ei să învețe mai multe!
- Derularea activităților în modalitate față în față, urmărind manualului pas cu pas; în instruirea online recomandăm dezvoltarea unui sistem de monitorizare a înregistrărilor.
- Formatorii trebuie să se asigure că manifestă empatie cu lucrul cu părinții care au experimentat stres intens și că li se asigură acestora un mediu sigur și deschis în care să colaboreze.
- Să explice părinților că există un sistem de sprijin pentru ei și că materialele și informațiile care să îi ajute să devină părinți mai buni sunt acum ușor de obținut.
- Să le ofere sprijin constant și să-i îndrepte către specialiștii care îi pot ajuta.
- Să se implice cu asociațiile și grupurile de părinți din școli, grădinițe și alte locuri în care părinții se întâlnesc.
- Pentru a le oferi părinților șansa de a vorbi și de a interacționa între ei, fiți un ascultător activ, demonstrați empatie și compasiune.

## Recomandări pentru practicieni

În timp ce partenerii de proiect Parenting Eficient au oferit propriile recomandări pentru practicieni pe baza experienței din elaborarea și implementarea a acestui proiect, am efectuat, de asemenea, o consultare cu alți membri ai personalului și cu educatori externi și părinți care au fost implicați în pilotarea acestui proiect, pentru a ne asigura că putem oferi un set holistic de recomandări altor practicieni care ar dori să livreze pachetul de formare Parenting Eficient în propriile lor contexte locale. Motivul este că nu vrem să prezentăm doar experiența noastră, ci suntem dornici să prezentăm perspectiva tuturor părților și participanților care s-au implicat în acest proiect, pentru a ne asigura că alți practicieni pot beneficia de această experiență colectivă a tuturor părților implicate în Parenting Eficient. Scopul acestor recomandări este de a oferi altor practicieni din Europa un set de perspective cheie asupra modului în care acest proiect poate fi livrat eficient într-o serie de contexte educaționale, chiar și în timpul unei pandemii globale, și despre cum este încă posibil să se realizeze un impact semnificativ atunci când se acordă îngrijire și atenție părinților implicați în formare.

Următoarele recomandări sunt oferite practicienilor care doresc să livreze pachetul de formare Parenting Eficient în propriul lor context local:

1. Identificați și respectați nevoile diferite ale fiecărui părinte.
2. Permiteți părinților să participe la cursurile mai relevante.
3. Încurajați formarea și activitățile multidisciplinare de echipă și fiți atenți la încrederea în sine și stima de sine în timpul training-ului.
4. Valorificați și respectați mediul și experiențele de viață ale părinților și tutorilor.
5. Permiteți părinților și tutorilor să-și creeze propriul traseu de învățare în funcție de nevoile și interesele lor personale.
6. Îmbunătățiți formarea echipei, construirea încrederii în sine și a stimei de sine în timpul activităților de formare.
7. Fiți atenți la abilitățile de învățare ale participanților și ajustați activitățile în mod discret după cum este necesar.
8. Asigurați-vă că părinții participanți sunt familiarizați cu TIC și că nu au dificultăți în utilizarea internetului sau a computerului; instrumentele dezvoltate de proiect nu sunt foarte potrivite pentru părinții cu abilități scăzute de TIC.
9. Pregătiți materialele necesare activităților practice și desfășurați activitățile față în față în spații frumoase, eventual în aer liber când este posibil.
10. Încercați să amestecați familii și părinți din culturi diferite și din medii diferite. Acest lucru poate ajuta schimbul de idei și poate, de asemenea, evidenția diferite probleme pentru părinți, aducând noi perspective.
11. Părinții au nevoie de un mediu sigur în care să simtă înțelegere și empatie pentru dificultățile cu care se confruntă și pentru preocupările lor.
12. Asigurați-vă că oferiți instruirea într-un mod pozitiv, cu multă empatie și că le oferiți părinților posibilitatea de a vorbi despre propriile experiențe.
13. Prezentați informațiile din manual înainte ca părinții să aibă acces la platforma online. Părinților le va fi mai ușor să parcurgă activitățile online dacă înțeleg conceptele prezentate în manual.
14. Includeți activități practice cu accent pe bunăstarea părinților. Au nevoie de îndrumări despre cum să facă față situațiilor dificile specifice rolului de părinte și cum să-și gestioneze sentimentele atunci când se simt copleșiți.
15. Ascultați nevoile părinților – părinților nu trebuie să li se spună ce trebuie și ce nu trebuie să facă. Dați-le sfaturi și lăsați-i să aleagă.
16. Derulați activități și oferiți sprijin pentru dezvoltarea bunăstării părintelui.
17. Ajutați părinții să facă față situațiilor dificile alături de copiii lor într-o manieră pozitivă.
18. Oferiți informații despre sistemul de sprijin pentru părinți: servicii de consiliere pentru părinți, terapeuți, grup de sprijin pentru părinți.
19. Folosiți materialele și exercițiile incluse în manual și încercați să le adaptați la contextul propriu de formare și suport, dacă este cazul.

20. Susțineți părinții cu exerciții și instrumente specifice după ce ați discutat cu ei despre nevoile și obiectivele lor de învățare.

## Recomandări pentru factorii de decizie

De-a lungul experienței noastre de dezvoltare și implementare a proiectului Parenting Eficient și în urma cercetărilor și consultărilor pentru elaborarea prezentului raport privind recomandările de politici, am adunat o mulțime de perspective și experiențe bogate care ar trebui transferate factorilor de decizie la nivel regional, național și european; scopul este acela de a încuraja și susține schimbarea politicii care sprijină părinții în rolul lor de părinți și educatori primari ai copiilor lor – în special în societatea tehnologică de astăzi, când copiii și tinerii își trăiesc viața din ce în ce mai mult online și se confruntă cu multe provocări în această lume digitală. Ca atare, partenerii de proiect au compilat următoarele recomandări cheie pe care am dori să le împărtășim direct cu factorii de decizie la nivel regional, național și european:

1. Oferiți mai multe programe de instruire gratuite pentru părinți.
2. Sprijiniți nevoile individuale ale părinților în funcție de nevoile copiilor lor.
3. Sprijiniți și motivați mai mulți factori interesați în jurul acestui subiect pentru a educa părinții.
4. Investiți în educația părinților și a tutorilor prin programe de formare gratuite în limba lor maternă.
5. Sprijiniți partajarea programelor existente și a OER prin crearea unei baze de date în care părinții și tutorele pot accesa cu ușurință ceea ce este disponibil.
6. Motivați angajatorii să faciliteze participarea angajaților la astfel de programe de formare, recunoscând în același timp valoarea lor socială și impactul pe care îl pot avea asupra productivității angajaților.
7. Proiectul Parenting Eficient ajută familiile să caute sprijin în afara sferei familiei restrânse și extinse, pentru a compensa lipsa de spații publice pentru copii (grădinițe, baby-sitting etc.) oferind părinților noi abilități de conectare socială și îmbunătățirea capacității acestora de a accesa resurse de suport.
8. Proiectul oferă părinților metodologii și tehnici pentru a le îmbunătăți bunăstarea și conștientizarea de sine și a rolului lor. Acest lucru este important deoarece autoritățile locale și guvernul central nu sprijină familiile în mod corect; o problemă reală o reprezintă lipsa serviciilor de bază pentru familii și copiii acestora.
9. Proiectul Parenting Eficient dezvoltă abilitățile parentale din punct de vedere personal și relațional, sprijinind astfel părinții ca indivizi și ca persoane care își îngrijesc copiii într-un mod modern și eficient într-o perioadă de mari schimbări pentru rolul parental.
10. Serviciile publice ar trebui să utilizeze materialele dezvoltate de proiect pentru a sprijini familiile și copiii lor.



11. Fiecare școală și grădiniță ar trebui să aibă un sistem de sprijin pentru părinți care să includă specialiști care îi pot ajuta să devină părinți mai buni: consilieri parentali și terapeuți.
12. Fiecare școală, grădiniță și instituție implicată în viața copiilor și a părinților ar trebui să ofere cursuri pentru a ajuta părinții în responsabilitățile lor. Părinții au nevoie de linii directe clare despre cum să ofere Parenting Eficient și să construiască o relație pozitivă părinte-copil. Rezultatele proiectului Parenting Eficient (manual și platformă online) reprezintă un punct de plecare în realizarea acestor programe de formare.
13. Oferiți părinților oportunitatea de a se reuni în mod regulat și de a se ajuta reciproc să depășească dificultățile din viața lor prin socializare, schimb de impresii și experiențe, construind un sistem de sprijin care se concentrează pe propria bunăstare și pe importanța de a avea un echilibru în viața de zi cu zi. Părinții au nevoie de hobby-uri și de timp pentru a le practica.
14. Investiți mai mult în bunăstarea părinților (părinți fericiți – copii fericiți).
15. Oferiți servicii gratuite de consiliere pentru părinți în fiecare grădiniță/școală.
16. Oferiți ateliere lunare pentru părinți.
17. Dezvoltați o bază de date open-source, ușor de accesat, cu informații despre servicii, materiale și evenimente pentru părinți din fiecare țară/oraș.
18. Creșteți spațiile și serviciile pentru părinți, familia nu este susținută corespunzător de autoritățile locale și naționale.
19. Îmbunătățirea legislației care sprijină părinții, în special părinții singuri; sprijiniți familiile cu servicii reale: grădinițe, politici active și scheme de finanțare pentru familii, concedii pentru creșterea copilului și sprijin financiar.
20. Creați un fel de comunitate sau forum în care părinții să poată discuta între ei
21. Difuzăți totul prin rețelele de socializare (părinții obțin majoritatea informațiilor de acolo) sau chiar în școli.