

„Innowacyjne wykorzystanie coachingu do wspierania równowagi praca-rodzina” Opinia z punktu widzenia Rodzica korzystającego z usługi

Projekt **coachingu ds. godzenia życia rodzinnego i zawodowego** na pierwszy rzut oka mógłby być porównywany do projektu tzw. asystenta rodziny – i kilka elementów oba te projekty mają wspólnych.

Jednak idea coacha, który wspiera rodzica w godzeniu, równoważeniu życia zawodowego i rodzinnego jest **nowatorska i interesująca zarówno z punktu widzenia klienta, jak i instytucji/ zakładu pracy tej osoby.**

Z punktu widzenia rodzica, umożliwia pracę nad zrównoważeniem aspektu zawodowego i rodzicielskiego z korzyścią dla klienta i jego rodziny. Z doświadczenia wiemy, że nie jest to łatwe i często stajemy przed wyborem: kariera zawodowa czy rodzina, a nierzadko przed dylematem praca czy rodzina – szczególnie kobiety po urodzeniu dzieci. Trudno również pogodzić rolę rodzica i pracownika, szczególnie w sytuacji awansu czy dużego obciążenia zawodowego (a wręcz pracoholizmu, do którego 90% pracoholików się nie przyznaje). Zaniedbania wychowawcze wynikające z takiej sytuacji często prowadzą do zaburzeń społecznych i emocjonalnych dzieci np. euro sieroctwo, dysfunkcje dydaktyczne, postawy aspołeczne, brak umiejętności interpersonalnych, niewłaściwy proces socjalizacji, niewłaściwe wzorce społeczne podziału ról.

Dorośli borykający się z problemami pogodzenia życia zawodowego i rodzinnego często popadają w nerwice i depresję, bywają agresywni lub oziębli emocjonalnie. Brak czasu poświęconego budowaniu więzi rodzinnych prowadzi do powstania rodziny dysfunkcyjnej. Natomiast stuprocentowe poświęcenie się wychowywaniu dzieci i rodzinie może powodować izolację społeczną, a także wykluczenie zawodowe rodzica, co w konsekwencji również sprzyja powstaniu dysfunkcji w rodzinie, pogłębiającą się frustrację rodzica, niezadowolenie z jego pozycji społecznej, brak rozwoju własnego i zawodowego, nerwice i depresje.

Osoba coacha ds. godzenia życia rodzinnego i zawodowego jest pewnego rodzaju pogotowiem ratunkowym dla rodziny a także dla zakładów pracy, które w chwili obecnej poza strukturami szeroko pojętego HR, nie posiadają wystarczających kompetencji do pomocy pracownikom w pogodzeniu pracy i życia rodzinnego. Znane są firmy, szczególnie duże korporacje, które aby ułatwić funkcjonowanie szczególnie kobietom z dziećmi organizują przyzakładowe placówki opiekuńczo – wychowawcze albo proponują alternatywne warunki zatrudnienia (home office, telepraca).

Aspektem istotnym dla pracodawcy, którego chcemy zachęcić do udziału w projekcie jest możliwość promocji własnej jako innowatora, firmy przyjaznej rodzinie na rynku lokalnym, branżowym. Wydaje się, że równie ważne będą kwestie finansowe dla pracodawcy realizującego ten projekt.

Dla potencjalnego uczestnika coachingu – rodzica bardzo ważne będą również kwestie organizacyjno - finansowe, ale przede wszystkim korzyści płynące ze zmiany pozwalającej na pogodzenie obowiązków zawodowych, rodzinnych oraz własnych planów rozwojowych.

Wydaje się, że istotną rolę odegrają praktyczne rozwiązania w postaci wsparcia grup samopomocowych i wsparcie ze strony pracodawcy.

Projekt ten może być obciążony ryzykiem braku zainteresowania ze strony pracodawców, gdyż prawo pracy nie obliguje pracodawcy do takich działań. Z punktu widzenia coacha

istnieje ryzyko wchodzenia w relacje bardziej terapeutyczne, niż coachingowe z klientami. Ryzyka te należałoby uwzględnić w tematyce szkolenia.

Odnosnie wymagań wejściowych dla kandydatów na coacha ds. godzenia życia rodzinnego i zawodowego uważam, że należy poszerzyć grupę docelową o pedagogów szkolnych, coachów, socjoterapeutów, specjalistów ds. hr.

Opisane w **projekcie warsztaty** bardzo interesujące z punktu widzenia poznawczego, dają możliwość rodzicowi poszerzenia praktycznych umiejętności, a także zawierają innowacyjne metody pracy z coachowanym (Klub Rodzica, Indywidualny Plan Godzenia, Bilans – Balans).

Kluby Rodzica czy grupy samopomocowe są ważnym elementem wspierającym rodziców w trakcie projektu. Umożliwiają dzielenie się własnymi doświadczeniami, mogą wpływać na podniesienie poziomu samooceny rodzica, dają możliwość własnego rozwoju a także dostarczają konkretnych rozwiązań organizacyjnych i aktywizacyjnych.

Bardzo ważnym elementem szkolenia, a później pracy coacha są aspekty prawno-organizacyjne związane z zatrudnieniem, obowiązkami pracodawcy i pracownika oraz z przywilejami pracownika – ważne jest śledzenie wszelkich zmian w Kodeksie Pracy oraz innych rozwiązań systemowych.

Patrząc na „Ramowy Program Szkolenia” i zaprezentowane tam moduły oraz bloki tematyczne, z punktu widzenia rodzica dostrzec można liczne korzyści jakie dają proponowane warsztaty. I tak :

1. Rodzic, który czuje się wykluczony społecznie czy zawodowo może:

- zyskać szerszy wgląd w samego siebie, w swoje mocne strony,
- dowiedzieć się jak przeciwdziałać wykluczeniu,
- nadać właściwe priorytety działaniom w swoim życiu osobistym i zawodowym korzystając m innymi z narzędzia „Bilans – Balans”,
- zastosować Indywidualny Plan Godzenia Życia Zawodowego i Rodzinnego czy co wydaje się najbardziej istotne dowiedzieć się o szerokich formach zatrudnienia co pozwoli mu powrócić na rynek pracy,
- dodatkowo, niewątpliwie dużą korzyścią jest udział w Klubach Rodziców, gdzie możliwa będzie szeroka wymiana doświadczeń, pomysłów, motywacji czy samopomoc.

2. Rodzic, który powraca do pracy do dłuższej przerwie związanej z wychowywaniem dzieci może:

- zyskać konkretne wsparcie organizacyjne w postaci np. mini przedszkoli stworzonych przy Klubach Rodzica,
- dowiedzieć się o formach zatrudnienia czy sposobach pracy, które w miarę łatwy i wygodny sposób można połączyć z rodzicielstwem oraz o obowiązkach pracodawcy względem rodzica czy o przywilejach pracownika

posiadającego dzieci,

- zbalansować swoje działania w oparciu o narzędzie „Bilans- Balans” ,
- poprzez udział w Klubie Rodzica przekazywać i pozyskiwać dobre praktyki, inicjatywy oraz wsparcie innych rodziców i czerpanie wiedzy z ich dotychczasowych doświadczeń,
- pracować nad zmianą dotychczasowego stylu życia w oparciu o „Indywidualny Plan Godzenia Życia Zawodowego i Rodzinnego” ,

W proponowanym warsztatach dostrzec można wiele korzyści dla coacha, który ma możliwość poszerzyć własne umiejętności w pracy ze zmianą, radzenia sobie z obiekcjami oraz w aspekcie własnej motywacji i zasobów jako potencjalny lider zmiany.

Opiniowała:

Bożena Gielarowska

Rodzic, pedagog, menager, ekspert ds. HR.