

## Wychowanie to trudna sprawa

**Rozwój dzieci to bardzo złożony proces. Skuteczne wychowanie ich przez rodziców staje się często bardzo trudnym zadaniem. Dlaczego tak się dzieje? Jakie są skuteczne metody wychowawcze?**

To w jaki sposób wychowywane jest dziecko zależy od kilku czynników. Jednym z nich jest **osobista historia rozwojowa rodzica** - to w jakich warunkach dojrzewał i jakich nabrał cech i postaw życiowych. Ważne są także **jego interpersonalne zasoby** - to jak komunikuje się z innymi ludźmi, jakie ma zdolności społeczne, jak kształtuje się jego inteligencja emocjonalna oraz jakim systemem wartości, norm i zasad się posługuje. Co jest dla niego ważne?

Kolejnym czynnikiem są **cech charakteru dziecka** oraz : jego wiek, płeć, temperament a także możliwości rozwojowe. Należy wziąć pod uwagę także czynniki sytuacyjne, związane z sytuacją rodziny, wsparciem jakie otrzymuje oraz źródła stresu, które wpływają na funkcjonowanie wszystkich członków rodziny.

**Do zadań rodziców należy zaspokajanie potrzeb emocjonalnych, fizycznych, psychicznych i społecznych u dzieci a także dbanie o ich prawidłowy rozwój i wychowanie.** Zadaniem rodzica jest wychowanie i kontrolowanie dzieci. W procesie wychowania rodzice muszą chronić i uspołeczniać swoje dzieci. Jednak najważniejszą rolą rodzica jest zaszczepienie systemu wartości, norm oraz dostarczanie modeli zachowania swojemu dziecku. Aby realizować wymienione zadania, każdy z rodziców stosuje specjalne strategie wobec dzieci, które nazywamy postawami rodzicielskimi. Od tego jakie te postawy są, zależy skuteczne wychowanie dzieci.

### Postawy rodzicielskie

Wyróżniamy kilka postaw rodzicielskich. Według M. Ziemskiej (1973) istnieją 4 główne postawy. Są to:

- **Postawa akceptująca** - która cechuje się nie ukrywaniem uczuć przed dzieckiem, zaspokajaniem jego potrzeb, akceptacją dziecka takim jakim jest. Postawą przeciwną jest odrzucanie dziecka. demonstrowanie mu negatywnych uczuć, podejście dyktatorskie i traktowanie dziecka jako ciężaru,
- **Postawa współdziałania** - zakłada pozytywne angażowanie się w sprawy dziecka oraz unikaniu zaniedbywania i obojętności uczuciowej. Przeciwna temu jest postawa unikająca.
- **Rozumna swoboda** - oznacza darzenie dziecka zaufaniem, udzielaniem swobody stosownej do wieku i możliwości dziecka. Postawą przeciwną jest nadmierne ochranianie i opiekuńczość.
- **Uznanie praw** - polega na stosowaniu racjonalnej kontroli i dyscypliny, bez niedoceniań czy przeceniania roli dziecka. Przeciwną postawą jest postawa nadmiernie wymagająca zakładająca sztywne reguły niedostosowane do wieku i możliwości dzieci.

### Style wychowawcze:

- **Styl autorytarny** - gdzie dominują surowe zasady i nakazy, dyscyplina, a także kara się dzieci za złe zachowanie.
- **Styl autorytatywny** - w którym rodzice współdziałają z dzieckiem, narzucają mu zasady, jednak nie są one sztywne, są dostosowane do wieku i możliwości dzieci. Jest to jeden z najskuteczniejszych i najbardziej korzystnych stylów wychowania.
- **Styl permissywny** - postawa opiekuńcza wobec dzieci, brak narzuconych norm i zasad, pobłażanie dzieciom.
- **Styl zaniedbujący** - nie zwracanie uwagi na dziecko, nie zaspokajanie jego potrzeb.

### Role rodziców

Można wyróżnić następujące **role jakie przyjmują rodzice w procesie wychowania dzieci:**

- **Rodzik nadopiekuńczy** - ciągle odczuwa troskę o dziecko, kontroluje je, narzuca zasady, zamiast stopniowo dawać autonomię - uzależnia dziecko od siebie.
- **Rodzik niedojrzały emocjonalnie** - traktuje dziecko jak zabawkę, a w gruncie rzeczy sam potrzebujący opieki. U dziecka poszukuje wsparcia i zrozumienia, rolę się odwracają.
- **Rodzik perfekcjonista** - ciężko przyjmuje porażki wychowawcze, jest zbyt sumienny w wypełnianiu swoich rodzicielskich zadań, nadmiernie odpowiedzialny.
- **Rodzik uszczęśliwiający** - uważa, że szczęście dziecka zależy od niego, niestety tym samym nadmiernie ochrania swoje dziecko i nie daje mu swobody.
- **Rodzik autokrata** - żąda bezwzględnego posłuszeństwa a efektem wychowawczym jest grzeczne dziecko, niestety takie zachowanie prowadzi do unikania przez dziecko rodziców, strach przeważa w każdej sytuacji.
- **Rodzik podporządkowany** - jest tolerancyjny aż do pobłażliwości, dziecko nad nim dominuje.
- **Rodzik chłodny uczuciowo** - nie dostrzega prawdziwych uczuć i potrzeb dziecka, nie chce bądź nie ma ochoty na to aby poznać jego plany i marzenia.

**W rozwoju dzieci bardzo ważną rolę odgrywa środowisko rodzinne.** To w nim następuje uczenie się wzorców zachowania, powstają więzi, które stanowią bazę dla relacji interpersonalnych w dalszym życiu. Jeżeli dziecko ma w środowisku rodzinnym korzystne doświadczenia to będzie się to przedkładać na lepsze relacje z innymi ludźmi i lepszy start w dorosłe życie. Rodzice stanowią wzorzec postępowania. Nieprawidłowe wychowanie wiąże się często nie ze złą wolą rodziców, ale z brakiem potrzebnych umiejętności. Rola rodziny nie polega jedynie na ochronianiu i zaspokajaniu podstawowych potrzeb dziecka, ale przede wszystkim na rozwijaniu jego osobowości, wspieraniu aktywności w poznawaniu świata oraz co najważniejsze **budowaniu systemu norm i zasad którymi dziecko ma się posługiwać w dorosłym życiu.**

To w jakich warunkach dorastali rodzice, z jakich środowisk i rodzin pochodzili, jak sami radzili sobie z przeżywanymi trudnościami i konfliktami, jakie cechy osobowości prezentują, może odbijać się na umiejętnościach wychowawczych i ich późniejszych metodach postępowania z dzieckiem. Siła relacji małżeńskiej między rodzicami także wpływa na atmosferę domową. Stresy i konflikty małżeńskie wpływają na cały system rodzinny. Ważny jest sposób radzenia sobie ze stresem rodziców. Jeżeli angażują oni dziecko we własne konflikty, lub jest ono wykorzystywane jako źródło wsparcia, może dojść do powstawania niezdrowych koalicji w domu. Dziecko może także być obwiniane o problemy domowe, kiedy rodzice nie potrafią skutecznie rozwiązywać napotykanymi trudnościami.

Istotna jest także **sieć wsparcia społecznego z jakiej może korzystać rodzina.** Jeżeli relacje z osobami spoza rodziny, krewnymi, sąsiadami układają się pomyślnie, stanowi to także zasób w radzeniu sobie z napotykanymi problemami, z którego rodzina może skorzystać.

**Najbardziej korzystne w rozwoju dzieci są metody oparte na wzajemnym współdziałaniu.** Wyznaczanie dzieciom granic możliwych do spełnienia, dostosowanych do ich wieku rozwojowego i możliwości. Jasny system **nagród i konsekwencji** rządzących zachowaniem a także, akceptacja dziecka i opiekuńczość wobec niego. Ważne jest rozumienie potrzeb dzieci. Bardzo ważne jest także okazywanie uczuć dziecku, jak i przyzwalanie na to, aby dziecko okazywało uczucia. Rolą rodzica jest nazywanie uczuć jakie dziecko przeżywa aby mogło ono skutecznie uczyć się rozumieć własne emocje i uczyć się z nimi współpracować. Rodzice muszą dać dziecku sygnał, że jego uczucia i emocje są wartościowe i ważne.

Przeciwnie działa bagatelizowanie uczuć i nie zwracanie na nie uwagi przez dorosłego. **Źle działa także zaprzeczanie własnym uczuciom.** Wprowadza to nieład i zamieszanie. Trzeba słuchać dzieci spokojnie i z uwagą. Ważna jest akceptacja wszystkich uczuć, które się pojawiają. Aby rozwiązać skutecznie problemy wychowawcze jakie się pojawią w relacji z dzieckiem, warto porozmawiać o dziecięcych uczuciach i potrzebach. Podzielić się także własnymi uczuciami i potrzebami. Trzeba wspólnie zastanowić się nad rozwiązaniem problemu i znalezieniem korzystnego dla obu stron rozwiązania. Można spisać wszystkie pomysły bez oceniania ich. Wybrać spośród nich najkorzystniejsze rozwiązania. To może zaowocować lepszą współpracą z dzieckiem i wspiera jego dobre wychowanie.

## **DOMOWA SZKOŁA PRZETRWANIA- WARSZTATY DLA RODZICÓW**

Szkolni pedagodzy Agnieszka Garason i Agata Mroczkowska zapraszają Państwa serdecznie na warsztaty dla rodziców. Pierwsze spotkanie odbędzie się w dniu **7 listopada 2019r.** Warsztaty związane są z tematyką dzieci, rodziny i roli rodzica w wychowaniu. Będziemy rozmawiać o tym jak przestać szarpać się z życiem, pomóc sobie i dziecku. Prowadząca czyli Aneta U. Fudali psycholog, terapeuta i trener poda praktyczne wskazówki pedagogiczno - psychologiczne osadzone w realiach codzienności.

Czas trwania jednego spotkania: 2/3 godziny zegarowe (w zależności od potrzeb- orientacyjny czas rozpoczęcia 17.30, zakończenia 19.30/20.00)

**Cel ogólny: pokazanie aktualnych sposobów efektywnej współpracy poprzez dostosowanie komunikatów do odbiorcy.**

Cele szczegółowe:

- Przedstawienie etapu rozwoju dziecka w odniesieniu do psychologii rozwojowej: zadania, konflikty, kryzysy, oczekiwania;
- Zapoznanie z różnymi stylami komunikacyjnymi;
- Zaprezentowanie 4 płaszczyzn odbioru komunikatu;
- Ukazanie rodzicom jak rozpoznawać, nazwać i radzić sobie z własnymi emocjami i w jaki sposób uczyć tego własne dziecko;
- Wdrożenie rodziców do umiejętności systemowego poszukiwania rozwiązań w sytuacjach problemowych - charakterystycznych dla danego etapu rozwoju dziecka;
- Przedstawienie konkretnych przykładów komunikatów sprzyjających współpracy oraz rozwiązywaniu sytuacji trudnych;
- Przygotowanie rodziców do zaprojektowania własnych rozwiązań w sytuacji konfliktu.

