

CO ROBIĆ ?

W rozmowie z dzieckiem:

- uważnie wsłuchujemy się w wypowiedzi dziecka (wyłączmy telewizor, odłóżmy gazetę)
- nie wyśmiewajmy i nie ironizujmy (obniża to poczucie wartości dziecka)
- nie użalajmy się nad dzieckiem (bardziej go to "dołuje")
- przeprowadzajmy rozmowy bez uczucia gniewu i złości (blokują one przyswajanie i samo refleksję)
- unikajmy frazesów i prawienia kazań
- unikajmy skrajnie negatywnych określeń (np. głupi, leniwa, idiota)
- raczej chwalmy i nagradzamy, nawet za drobiazgi (dodaje to wiary i wzmacnia poczucie bezpieczeństwa)
- rozładowujmy napięcia poczuciem humoru
- nie przypominajmy zdarzeń z przeszłości
- zachęcajmy do budowania poczucia własnej wartości dziecka i rozwijajmy jego samokrytycyzm (zwiększa to optymizm, pomaga przezwyciężać niepowodzenia)
- nie izolujmy od rówieśników, nie trzymajmy w domu w obawie, że spotka je coś złego (bez doświadczeń zło uderzy o wiele mocniej)
- kontrolujmy poczynania dziecka w sposób taktowny i dyskretny (bez śledzenia, z uszanowaniem sfery intymności)
- pokazujmy konsekwencje złego postępowania (wyliminuje to powtórkę błędu)
- wykazujmy zrozumienie dla uczuć i zmiennych gwałtownych emocji dziecka
- w stosowaniu kar bądźmy konsekwentni, uświadamiajmy dziecku, iż wynikają one z troski o jego los
- nie dyskredytujmy z powodu niepowodzeń, pokazujmy, jak można je naprawić
- wypełniamy wolny czas dziecka przez np. sport, wycieczki.

POSTAWY DZIECI - OCZEKIWANIA RODZICÓW

Postawy młodzieży w okresie dojrzewania	Oczekiwania rodziców w stosunku do dzieci w tym okresie
Negacja autorytetów (domu, szkoły, kościoła), bunt	Budowanie świata na osobowościach, uległość, posłuszeństwo, podporządkowanie się
Akcentowanie własnego zdania, brak kompromisów, budowanie tożsamości na agresywności	Szukanie optymalnych rozwiązań, tolerancja, wyrozumiałość
Ciekawość poznawcza granicząca z brawurą	Odpowiedzialność, rozumienie potrzeby uczenia się, ukierunkowanie zainteresowań, przewidywalność skutków poczynań

Ucieczka w system kłamstw i fantazjowania	Prawdomówność, rzeczowość informacji
Domaganie się przywilejów, poszerzenie skali żądań	Odpowiedzialność, ograniczenie pomocy od rodziców na rzecz zwiększenia obowiązków dziecka
Rozluźnienie rodzinnych więzi uczuciowych, oddalanie się od domu	Dojrzałość uczuć rodzinnych, wyważone, opiekuńcze relacje z rodzeństwem
Skrajność postaw (np. nieśmiałość lub tupet), widzenie świata biało czarnego	Odejście od krańcowości zachowań, widzenie półcienia. Refleksyjność, dojrzałość sądów, autokrytycyzm
Mały stopień samokrytycyzmu	Refleksyjność, dojrzałość sądów, autokrytycyzm

POSTAWY RODZICÓW WOBEC DZIECI

Coraz więcej czynników wpływa negatywnie na kształtowanie dzieci. Wiele z nich jest poza naszymi możliwościami reagowania, niektóre jednak zależą od nas rodziców. Co prawda większość z nas może powiedzieć słowami Bettelheima :

wprawdzie nie jesteśmy rodzicami doskonałymi, ale wystarczająco dobrymi, jeżeli kochamy nasze dzieci i staramy się, najlepiej jak potrafimy, dobrze je wychować.

Warto jednak czasem zastanowić się nad naszymi postawami wobec dzieci.

RODZICE	DZIECI
Nieumiejętność okazywania miłości, uczuć	Szukanie ciepła i miłości wśród rówieśników, w sektach, przedwczesna inicjacja seksualna
Nadmierne oczekiwania w stosunku do możliwości dziecka, wygórowane ambicje wobec niego, brak akceptacji	Niska samoocena, niechęć do najbliższych, brak akceptacji siebie, szukanie jej wśród rówieśników za pomocą ryzykownych zachowań (agresja, sięganie po alkohol lub narkotyki), stany depresyjne, próby samobójcze
Lekceważenie problemów dzieci, minimalizowanie czasu im poświęcanego. Unikanie trudnych rozmów	Zamykanie się w sobie, szukanie rozwiązań problemów wśród kolegów, ucieczka w świat mediów
Brak konsekwencji w działaniu	Lekceważenie rodziców, nie realizowanie poleceń, działania pozoranckie, utrata autorytetu

Nadmierne zaufanie do dzieci - za duża swoboda	Próby niebezpiecznego eksperymentowania, stworzenie nierealnej rzeczywistości, wybieranie płytkich medialnych wzorców i utożsamianie się z nimi
Nadopiekuńczość	Brak samodzielności, zagubienie, bezradność, lęk przed podejmowaniem decyzji, nieumiejętność radzenia sobie ze stresem
Nadmierna rygorystyczność, stosowanie kar i przemocy fizycznej, minimalizowanie nagród i pochwał	Osłabnięcie więzi rodzinnych, ucieczki z domu, zdobywanie autorytetu wśród rówieśników agresją, odreagowywanie się w przemocę
Reagowanie na problemy dzieci pod wpływem silnych emocji	Ucieczka w milczenie, izolowanie się, agresywne replikowanie, kłótność
Brak poszanowania intymności (wścibstwo)	Skrytość, brak zaufania, utrata autorytetu