

ABY ZROZUMIEĆ dziecko...

Nie istnieją rodzice bez dzieci, tak jak nie ma dzieci bez rodziców. Każdy rodzic nosi w sobie dziecko - własne dziedzictwo zbudowane na przeżyciach od narodzin aż po chwilę, kiedy jego rodzice stali się babcią i dziadkiem. Również każde dziecko jest rodzicem – przechowuje bowiem w sobie obrazy ojca i matki i od najwcześniejszych lat buduje swoje „rodzicielstwo”.

Niektórzy być może zapomnieli o tej podstawowej więzi. Dzieciństwo i dorastanie to niełatwe okresy. Wśród szczęśliwych dni mnóstwo przecież trudów i cierpienia. Doświadczają ich dzieci, doświadczali rodzice – wówczas dzieci.

To dzięki rodzicom dziecko może bezpiecznie i radośnie odkrywać otaczający je świat i rozwijać swoje naturalne zdolności. Miłości, troski i uwagi Rodziców skierowanej na dziecko nie zastąpi nic, a postawy rodzicielskie są zasadniczą matrycą w kształtowaniu się oraz rozwoju osobowości i charakteru dziecka.

Pamiętasz dziecięce pytania i ciągle łamanie sobie głowy, jak z nich wybrnąć?



OKRES PRZEDSZKOLNY

To czas, kiedy wasze dziecko ze ścisłej relacji z matką wchodzi w relację z obojgiem rodziców. Bardzo ważny staje się wtedy ojciec i jego udział w rozluźnianiu niezwykle silnej więzi dziecka z matką.

Dla dziecka to czas inicjatywy, podejmowania szeregu aktywności, urealniania tego, co już może osiągnąć. Czas porównywania się w sile, atrakcyjności i zaradności z rodzicem tej samej płci – czas rywalizacji.

Pamiętasz nurtujące Cię ciągle w tym czasie pytania?

...to czas ciągłych poszukiwań, kiedy odkrywanie stało się niezbędne jak powietrze do oddychania. Fryzjerskie eksperymenty z włosami lalki, pierwszy rozłożony na części samochód, zabawy w lekarza.

... ileż w tym przyjemności, radości...

... tylko co na to rodzice?

Spróbuj zrozumieć dziecięce pragnienia, uczucia, sytuacje

- Zabawa spełnia w tym okresie bardzo ważną funkcję rozwojową. Dziecko wzrasta i rozwija się właśnie poprzez zabawę. Jeśli nie może bawić się w określone zabawy, w których umieszcza swoje emocje, pragnienia i konfliktu, to frustruje się i cofa w swoim rozwoju.
- W tym okresie w umyśle dziecka zintegrowane są zasady, którym hołdują rodzice. Często przybierają one formę surowych nakazów i zakazów. To one w połączeniu ze spontaniczną, przeżywaną jako zabroniona aktywnością dziecka tworzą konflikt, którego rozwojowym rozwiązaniem jest poczucie winy.
- Zbyt duże poczucie winy powoduje bierność i wycofywanie się z relacji z ludźmi, słabnie wiara we własną dobroć i wartość samego siebie.
- Brak poczucia winy i przekonanie, że wszystko wolno sprawia, iż zanika potrzeba relacji z innymi.

Efektem takich skrajnych postaw jest poczucie osamotnienia.



PÓŹNE DZIECIŃSTWO

Ten okres dzieciństwa pomiędzy 6 a 12 rokiem życia dziecka, to okres szkolny, czas nabywania umiejętności. Cechą, która wykształca się w tym okresie jest pracowitość. Szkoła staje się głównym boiskiem gry o własne miejsce w społeczeństwie. Dobre oceny, zainteresowania pozalekcyjne, sukcesy sportowe stają się bazą dla bycia wartościowym. Przegrane, niezrealizowane plany i marzenia powodują odczucia mierności i niedopasowania.

Przypominasz sobie te lata? Co było sukcesem, a co porażką?

...szlaczki, alfabet, tabliczka mnożenia, równania, pierwiastki, wypracowania, zawody sportowe i ta ciągła niepewność – już potrafię, czy nie? Na dodatek Zośka znów ma firmowe spodnie, a rodzice Antka kupili mu skuter...

Spróbuj zrozumieć dziecięce pragnienia, uczucia, sytuacje:

- W eksperymentowaniu i nabywaniu nowych umiejętności dziecko ciągle jeszcze potrzebuje bliskości rodziców. Nie jest w stanie bez nich egzystować;
- Wymaga nauki pracowitości i dyscypliny. Będzie potrzebna w szkole i w dalszym życiu;
- Jeśli przegrywa, potrzebuje akceptacji i pewności, że niczego to nie przekreśla i może spróbować jeszcze raz;

Jednym z podstawowych zadań rozwojowych tego okresu jest utrwalenie kontroli popędów. Pomocna jest jasność norm i zasad prezentowanych przez rodziców, które zapewnią dziecku poczucie stabilności i bezpieczeństwa.



DOJRZEWANIE

To zazwyczaj okres szczególnie trudny zarówno dla samych nastolatków jak i dla rodziców. Jest to czas bardzo silnie uwarunkowany biologią człowieka. Pojawiający się wtedy wyrzut hormonów wpływa na gwałtowne zmiany nastrojów i emocji. Zmiany te mogą zachodzić wielokrotnie nawet w ciągu jednego dnia, tak iż młody człowiek sam jest zmęczony taką dynamiką swoich przeżyć, a jednocześnie często nie rozumie jej przyczyn.

Jest to czas gruntownej przebudowy całego obrazu własnej osoby. Pojawiająca się dojrzałość płciowa wstrząsa całym stabilnym wyobrażeniem siebie i relacji z innymi ludźmi. Normy przyswojone od rodziców są niewystarczające w zetknięciu z silnymi, popędowymi pragnieniami. Życzliwi dotychczas dorośli stają się w przeżyciu dziecka przeciwnikami. Podporą stają się często jednoznaczni idole, czy skrajne w swych poglądach grupy rówieśnicze.

Przypominasz sobie swoich idoli z tych lat?

...znowu pryszcz. A jutro urodziny Mateusza. Tyle starań na nic! Na dodatek rodzice ciągle mnie nie rozumieją. Zrządzą, zabraniają, wymagają: „jak się nauczysz, to pójdziesz”. Pewnie zostanę w domu... A Kinga oczywiście pójdzie... będzie czarować...

Spróbuj zrozumieć dziecięce pragnienia, uczucia, sytuacje

- Dorastający chłopak i dziewczyna w swoim rozwoju przechodzą od marzeń i fantazji poprzez buntowniczość do działania i aktywności;
- Naturalnym zjawiskiem rozwojowym tego okresu jest nasilenie się agresywności;
- Pragną samodzielności i boją się jej;
- Potrzebują rodziców, pragną ciągłej zależności od nich i równocześnie boją się utracić autonomię;
- Ich depresyjny nastrój w tym okresie i poczucie osamotnienia są wynikiem ciągłego przeżywania różnorodnych strat: utrata beztróskiego dzieciństwa, koniec silnej zależności od rodziców, miłosne rozczarowania...
- Usilnie pragną akceptacji;

Ranięca zależność od rodziców może prowadzić do szukania innej, „łatwiejszej” zależności, czyli do uzależnień od alkoholu, narkotyków, hazardu, grup wyznaniowych, internetu ...



ADRESY PLACÓWEK SPECJALISTYCZNYCH

Zdarza się, że problemy emocjonalne naszych dzieci, czy nas samych w relacji z nimi w danym momencie przerosły nas. Nie do wytrzymania wydają się wówczas bezradność, lęk czy wręcz przerażenie. W głowie wciąż pojawiają się myśli o własnej niekompetencji, czy rodzicielskich winach. Pamiętać należy, że rozwój człowieka to proces. Spośród wielu sukcesów, radości z osiągnięć wyłaniają się też momenty stagnacji i regresji, często pełne bólu i cierpienia. To właśnie te kryzysowe sytuacje najczęściej powodują bezsilność i niepokój u rodziców. Wówczas warto skierować się po pomoc do kogoś, kto neutralnym, a życzliwym okiem przyjrzy się zaistniałej sytuacji. Należy pamiętać, że przeżywane przez nas emocje – lęku, smutku, winy, bezradności czy złości świadczą o naszej wyjątkowej więzi z dzieckiem. Nie bójmy się o nich mówić.

KRAKOWSKI OŚRODEK TERAPII ul. Helców23 A, Kraków, tel. (12) 422 18 58

KLINIKA PSYCHIATRII COLLEGIUM MEDICUM UJ ul. Kopernika 21 Kraków,
tel. (12) 424 87 50

KRAKOWSKIE CENTRUM TERAPII UZALEŻNIEŃ ul. Wielicka 73, Kraków,
tel. (12) 425 57 47

PORADNIA DLA DZIECI Z NIEPOWODZENIAMI EDUKACYJNYMI
ul. Św. Gertrudy 2 Kraków, tel. (12) 422 43 83

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA nr 1 ul. Chmielowskiego1,
Kraków, tel. (12) 430 50 52

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA nr 2 ul. Siewna, Kraków,
tel. (12) 415 69 68

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA nr 3 ul. Konfederacka 18,
Kraków, tel. (12) 266 19 50

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA nr4 os. Szkolne 27, Kraków,
(12) 644 18 85

OŚRODEK PORADNICTWA I TERAPII RODZIN-STOWARZYSZENIE „DOBREJ
NADZIEI” ul. Batorego5, tel. (12) 633 35 31

MŁODZIEŻOWY TELEFON ZAUFANIA → 988

POMARAŃCZOWA LINIA → 0 801 140 068