



Szkoła Przetrwania

nie tylko dla rodziców

Spotkanie 2.

Kto tu Rządzi ?

Czyli o równowadze między afirmacją a dyscypliną

**Kim
jesteśmy ?**





Kto tu rządzi ?

Spójrzmy na to inaczej

Rodzina to system, w którym każdy ma swoją rolę.

Nie chodzi więc o władzę, lecz o zajęcie właściwego miejsca w rodzinie przez jej członków.

Kto tu rządzi ?

Rodzice – osoby dorosłe, ukształtowane w dojrzałości, by zapewnić dzieciom prawidłowy rozwój.

Dzieci – osoby, które się uczą od dorosłych respektowania zasad i potrzebują do rozwoju zaspokojenia podstawowych potrzeb.



Pięć potrzeb emocjonalnych człowieka

- Bezpieczne przywiązanie do innych: bezpieczeństwo, opieka, troska i akceptacja
- Autonomia, kompetencja i poczucie tożsamości
- Wolność wyrażania potrzeb i emocji
- Spontaniczność i zabawa
- Realistyczne granice i samokontrola

***Granice dają poczucie bezpieczeństwa



Dziecko uczy się poszanowania granic drugiej osoby w rodzinie.

Gdy je przekracza,
należy na to zwrócić uwagę.



Jeśli nie będziemy tego robić, może to w dorosłym życiu prowadzić do postawy:

- Roszczeniowości, braku respektowania praw innych ludzi
- Poczucia bycia lepszym od innych
- Unikania dyskomfortu w dorosłym życiu
- Braku umiejętności znoszenia bólu, konfliktów, wysiłku
- W skrajnej postaci: dążenie do hedonizmu i wygodnictwa, a więc w konsekwencji wykorzystywania innych; narcystyczne zaburzenie osobowości.





Dyscyplina jest ważna, bo zwraca uwagę dziecka na to, że przekroczyło granicę, której nie powinno przekraczać.

Dyscyplina nie musi się wiązać z karaniem.

Nie zachęcamy do stosowania przemocy – fizycznej, psychicznej lub emocjonalnej, ale na pozwalanie dzieciom ponoszenia konsekwencji ich zachowań.



Dlaczego nie kary?

Wymierzanie kar powoduje posłuszeństwo spowodowane strachem i zaburza więź między dzieckiem a rodzicem.



Dlaczego nie kary?

Stosowanie surowych kar prowadzi do powstania negatywnej samooceny i przekonań o sobie typu:

„jestem nieudacznikiem”,

„jestem złym człowiekiem”,

„nie zasługuję na miłość”





„Uważam, że popełniamy kardynalny błąd zakładając, iż dziecko nie rodzi się jako stuprocentowy człowiek”.

Jesper Juul

- Postawa szacunku wobec dziecka od samego początku życia
- Rodzice jako pierwsi kształtujący w dziecku obraz Boga
- Wychowanie katolickie a wiara neurotyczna



Afirmacja, czyli jak chwalić ?

- Nie pomniejszać wagi uczuć, np.: „wiesz jak Ci dobrze poszło?, nie było się czego bać !”
- Doceniać wysiłek, a nie sam efekt
- Podchodzić w sposób indywidualny do każdego dziecka:
 - Sposób chwalenia (osoba wysoko wrażliwa WWO a ekstrawertyk/sangwinik)
 - Naturalne predyspozycje
 - Nie porównywać !



Afirmacja, czyli jak chwalić ?

- Starać się wspierać satysfakcję własną dziecka z osiągnięć
- Unikać pochwały w której ukryta jest poprzednia słabość lub niepowodzenie, np.: „trudno mi było uwierzyć, że zdasz ten egzamin, ale dałeś radę!”
- Unikać presji – jeśli chwalimy dziecko tylko po to, by je zmobilizować do jeszcze większego wysiłku.

- Pamiętajmy o własnej słabości, uczmy się przepraszać i nie żyjmy w poczuciu winy, gdy zyskamy świadomość naszych błędów.
- Dziecko, jak nikt, ma serce gotowe do przebaczenia nam.
- Dla naszych dzieci zawsze będziemy ważni
- Gdy nam trudno wybaczyć dzieciom – przypowieść o miłosiernym Ojcu.





Szkoła Przetrwania

Bibliografia

Nie tylko dla rodziców

