

Dla każdego dziecka najważniejsza jest rodzina

„ Wychowanie dziecka to nie miła zabawa, a zadanie w które trzeba włożyć wysiłek bezsennych nocy, kapitał ciężkich przeżyć i wiele myśli....”.

Janusz Korczak

Rolą rodziców jest kochać, wychowywać swoje dzieci oraz budować w nich poczucie własnej wartości i pewności siebie. Wielu rodziców patrzy na dzieci jak na kapitał. Traktują dzieci jak swoją własność. Nie zmuszajmy dzieci do realizacji naszych marzeń. Każde dziecko jest inne, ma inne zainteresowania i zdolności. Zadaniem dziecka nie jest dostosowywać się do wymagań rodziców, lecz osiągnięcie tego, co jest w stanie osiągnąć. Należy docenić osobowość swego dziecka. To kim są i będą i będą dzieci, będzie odbiciem rodzica jako człowieka. Zawsze kiedy rodzic ma problem z dzieckiem, powinien spojrzeć na siebie i zapytać: „Co we mnie mogło spowodować taką sytuację”. Większość rodziców wini i krytykuje swoje dzieci, kiedy robią coś, co rodzicom się nie podoba. Dobrzy rodzice jednak wiedzą, że niedaleko pada jabłko od jabłoni.

Być rodzicem to duża odpowiedzialność. Na wychowanie dzieci ma wpływ wiele czynników. Najważniejsze to obdarzanie ich miłością. Brak miłości może prowadzić do zaburzeń fizycznych lub uczuciowych. Należy spędzać z dzieckiem jak najwięcej czasu. Dzieci potrzebują przekazywania swych uczuć i myśli komuś, kto jest dla nich ważny, a rodzic powinien być najważniejszą osobą w ich życiu. Jeśli rodzice nie przeznaczają czasu by siedzieć z dziećmi i ich słuchać, będą one spędzać coraz więcej czasu rówieśnikami. U nich będą szukać akceptacji i od nich będą przejmować zachowania. Należy zaspakajać potrzeby dzieci, ale nie wolno wyrzekać się własnych. Miłość to nie to samo co obsługa.

Akceptacja uczuć

Kiedy dzieci dobrze się czują, dobrze się zachowują. Rodzice zwykle nie akceptują uczuć swoich dzieci, na przykład: „Na pewno tak nie myślisz” „Nie ma powodu, aby się tak niepokoić”. Zaprzeczanie uczuciom złości dzieci. Uczy je także, że nie potrafią nazwać swoich uczuć - nie ufają im. Oto kilka podstawowych wskazówek, aby pomóc dziecku w radzeniu sobie z własnymi uczuciami:

- słuchaj dziecka bardzo uważnie.
- zaakceptuj jego uczucia słowami: np. „rozumiem”, „och”
- nazwij te uczucia
- zamień pragnienia w fantazję.

Ważniejsze jednak od słów jest nasze nastawienie do dziecka. Szczerłość, otwartość, empatia trafia prosto do serca dziecka. Innym czynnikiem mającym wpływ na wychowanie dziecka jest pochwała i zachęta. Chwalić należy dzieci za wszystkie pozytywne rzeczy, które robią, aby zbudować samoakceptację i pewność siebie. Pochwała sprawia, że dziecko wierzy w siebie i stara się osiągać lepsze wyniki. Bardzo ważne jest, aby chwalić dziecko nie porównując go z innymi.

Demokratyczne wychowanie

Dzieci od wczesnych lat zachęcane są do brania udziału w podejmowaniu rodzinnych decyzji. Rodzice pytają, co dzieci czują i myślą. Ich wypowiedzi, myśli i pomysły są doceniane. Cała rodzina np. przy obiedzie lub przy kolacji poświęca czas na to, by dyskutować i uzgadniać ważne

kwestie. Pytanie o radę lub opinię jest oznaką szacunku do dziecka. Pozytywne oczekiwanie to kolejny czynnik wpływający na wychowanie dzieci. Dzieciom trzeba powtarzać, że bardzo wierzymy w nich. Kiedy mówimy dzieciom: „uda ci się” lub „wierzę w ciebie” zachęcamy je, by wierzyły w siebie. Ważne jest przekazanie dzieciom, niezależnie od tego, jak dobrze czy źle im idzie, że kochamy je. Jeśli dziecko czuje, że rodzic odmawia mu miłości, jeśli sobie nie poradzi, stanie się nerwowe i niepewne. Nawet jeśli mu się powiedzie, sukces ten nie da mu przyjemności. Każde dziecko musi wiedzieć, że rodzice wierzą w nie, że mu ufają. Wiara najbliższych jest dla niego źródłem siły, chroni przed załamaniem.

Innym czynnikiem wpływającym na wychowanie dzieci jest dawanie dobrego przykładu. Jeśli chcemy wychować szczęśliwe, pewne siebie dzieci powinniśmy dać im dobry przykład. Dzieci uczą się przez naśladowanie. Uczą się obserwując i słuchając. Jeśli chcemy, by dzieci dorastały w otoczeniu właściwych zwyczajów zdrowotnych, musimy dać dobry przykład jedząc odpowiednią żywność. Jeśli chcemy, by dzieci wołały czytanie od telewizji, czy telefonu komórkowego dajmy przykład wiele czytając.

Przeprosiny

Dzieci mają silne poczucie uczciwości i sprawiedliwości. Czują się urażone, kiedy widzą, że zostały niesprawiedliwie lub niesłusznie oskarżone. Pamiętajmy, że nie jesteśmy doskonali. Kiedy przepraszamy nasze dziecko, wzmacniamy jego miłość i szacunek do samego siebie.

Podsumowując - rolą rodziców jest wychowanie dzieci w samoakceptacji i pewności siebie, miłości, zaangażowaniu w jego problemy.

Na zakończenie zapytaj sam siebie. Jakby to było być swoim własnym dzieckiem. Oceń siebie jako rodzica. Jakie są twoje mocne i słabe strony? Co robisz dobrze, a co słabo? Co możesz zmienić, by być lepszym rodzicem. Zapytaj dziecko, co mu się nie podoba. Spróbuj wczuwać się w przeżycia swoich dzieci i akceptuj je. Jesteśmy przecież różnymi ludźmi, którzy mogą mieć różne uczucia. Wychowanie dzieci to długi proces. Wymaga serca, inteligencji i wytrwałości.

Opracowanie: Anna Bajorek, Gabriela Nierońska

Bibliografia

- Junl J. - Nie z miłości. Mądrzy rodzice - silne dzieci, Podkowa Leśna 2006
- Tracy B. - Maksimum osiągnięć, Warszawa 2002
- Ross W. Greene - Trudne emocje u dzieci, Warszawa 2014
- J. Korczak - Jak kochać dziecko, Warszawa 1993
- Faber A., Mazlish E. - Jak mówić, żeby dzieci słuchały - jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły, Poznań 2012