



Jestem Rodzicem

Drodzy Rodzice

W sytuacjach gdy niepokoi Państwa zachowanie dziecka, chcecie porozmawiać o dziecku i Waszych z nim relacjach, macie pytania dotyczące funkcjonowania dziecka w szkole, potrzebujecie wsparcia w procesie wychowania, zapraszamy na indywidualne konsultacje w godzinach naszej pracy.

Pedagodzy szkolni

Pismo dla rodziców przedszkolaków i uczniów
Miejskiego Zespołu Szkół nr 8 w Krośnie

Rok 9, numer 2/35

Data wydania: grudzień 2018 r.

W tym numerze:

- Życzenia świąteczne i noworoczne (str. 1); Jak rodzice powinni wspierać dzieci w rozwiązywaniu trudności w relacjach z rówieśnikami? (str. 2-4); Sześć pomysłów na to, jak wspierać samodzielność przedszkolaka (str. 5-6); Nastolatek – ufać, czy kontrolować (str. 7); Książka dla przedszkolaka – kryteria wyboru (str. 8)

Cicha noc, święta noc
Pokój niesie ludziom wszem...

Szanowni Państwo

Z okazji nadchodzących
Świąt Bożego Narodzenia
składamy Państwu serdeczne życzenia
nieustającego zdrowia, wszelkiej pomyślności,
niepowtarzalnej atmosfery, ciepła
oraz obfitości wszelkich dóbr.

Niech radość i pokój
Świąt Bożego Narodzenia,
poczucie prywatnego i rodzinnego spełnienia
towarzyszą Państwu
przez cały Nowy Rok

W imieniu społeczności
Miejskiego Zespołu Szkół nr 8
w Krośnie
życzy

Marta Habrat

Boże Narodzenie 2018



Jak rodzice powinni wspierać dzieci w rozwiązywaniu trudności w relacjach z rówieśnikami?

M. Goetz

Psycholog, psychoterapeuta
źródło: poradniamielec.pl

Niektóre dzieci z łatwością zyskują sympatię rówieśników, innym przychodzi to z większym trudem. Jednak nawet te najbardziej lubiane mogą czasem natrafić na problem, którego nie będą potrafiły rozwiązać. Dobrze więc, aby rodzice wiedzieli, jak mogą wspierać swoje dzieci i uczyć je pokonywać trudności w relacjach z rówieśnikami.

Najczęstsze problemy dzieci z rówieśnikami dotyczą zawierania przyjaźni, podtrzymywania jej, rozwiązywania konfliktów oraz – niestety – radzenia sobie w sytuacji doświadczania przemocy (fizycznej lub psychicznej). Rodzice często nie wiedzą, jak pomagać dzieciom w takich sytuacjach, a czasem mogą wręcz swoim niewłaściwym postępowaniem pogłębiać problemy swojej pociechy.

Rodzicielskie błędy

Rodzice popełniają błędy najczęściej niecelowo i nierzadko w dobrej wierze. Często brak im odpowiednich doświadczeń czy wzorców (również z własnego dzieciństwa). Niestety faktem jest, że niektóre z wymienionych poniżej błędów mogą być też przejawem stosowania wobec dziecka przemocy psychicznej (zawstydzanie, obwinianie), która może predysponować je do tego, aby również w szkole doświadczało przemocy (w związku z łatwiejszym wchodzeniem w rolę ofiary) lub miało inne trudności w relacjach z rówieśnikami. Rodzicom warto takie błędy uświadomić, nie rzucając na nich oskarżeń, ale w neutralny sposób informując o możliwych konsekwencjach takiego postępowania, np. kiedy:

- zawstydzają dziecko (np. „co z ciebie za facet, skoro sobie z nimi nie radzisz?”, „nigdy z nikim nie umiesz się dogadać”) – co powoduje, że dziecko jeszcze bardziej traci wiarę w siebie,
- obarczają dziecko winą (np. „musiałaś ich jakoś sprowokować”, „za mało się starasz”, „pewnie jesteś takim samym egoistą w szkole jak w domu”) – co sprawia, że dziecko czuje się niezrozumiane i pozbawione pomocy,
- niewłaściwie motywują dziecko (np. „musisz sobie z tym poradzić, nikt cię nie wyręczy”, „pokaż im, kto tu rządzi”) – co może prowadzić do niewłaściwych zachowań dziecka (np. agresji) i nie uczy prawidłowych sposobów radzenia sobie,
- dają dziecku nietrafne rady (np. „ignoruj ich, nie reaguj, w końcu się znudzą”, „po prostu im oddaj”, „skoro ona jest złośliwa, to ty się odegraj”, „nawet jeśli



źródło: supermamy.pl

to nie twoja wina, przeproś ją dla spokoju”) – co może narażać dziecko na jeszcze większe kłopoty,

- pozostawiają dziecko samo sobie, zakładając, że „wszystko samo się ułoży” – przez co czuje się ono osamotnione i nie wie, jak sobie poradzić,
- chcą wyręczać dziecko i rozwiązywać za nie jego problemy lub w inny sposób nadmiernie je chronić – przez co uniemożliwiają mu nauczenie się, jak można radzić sobie w różnych sytuacjach.

Zdobywanie i podtrzymywanie przyjaźni

Wielu ludzi uważa, że w zdobywaniu przyjaciół najbardziej pomaga bycie interesującą i wyróżniającą się osobą, dlatego wiele czasu poświęcają na to, by stać się kimś takim. To przekonanie mogą też przekazywać swoim dzieciom. W efekcie mogą się one starać w różny sposób skupiać na sobie uwagę, a nawet popisywać się lub próbować zaimponować rówieśnikom posiadanymi gadżetami czy zabawkami. Niestety ma to różne skutki – jeśli dziecko ma inne zalety, za które jest lubiane i podziwiane, a do tego potrafi zwracać na siebie uwagę w sposób nienachalny, takie wyróżnianie się może działać na jego korzyść. Jednak nierzadko dzieci postępujące w ten sposób nie budzą sympatii i są uważane za „chwalipięty”. Dzieje się tak zwłaszcza wtedy, kiedy dziecko ma już trudności w relacjach z rówieśnikami i w taki właśnie sposób próbuje je przezwyciężyć.

Tymczasem, aby dobrze funkcjonować w grupie i z większą łatwością się zaprzyjaźniać, dzieci powinny:

- okazywać zainteresowanie innym (a nie tylko starać się skupiać uwagę na sobie) – umieć słuchać, interesować się tym, co inni lubią, co myślą, jak się czują, co robili

(Ciąg dalszy na stronie 3)

w wolnym czasie itp.,

- umiejętnie porozumiewać się z innymi – słuchać z uwagą i zrozumieniem oraz umieć formułować adekwatne komunikaty zwrotne,
- traktować innych z szacunkiem i życzliwością – okazywać im sympatię, nie wyzywać, nie obrażać ani nie wyśmiewać,
- wspierać innych i być chętne do pomocy – kierować do nich pozytywne komunikaty i miłe słowa (ale nie stosować nieszczerych pochlebstw), pocieszać i wysłuchać w trudnych chwilach, umieć się dzielić,
- spędzać z innymi czas – wspólnie bawić się i uczyć, siedzieć obok przyjaciela w ławce lub w jego pobliżu (jeśli ławki są jednoosobowe),
- być lojalne i szczerze – dotrzymać danego słowa, umieć dotrzymać tajemnicy (choć rodzice powinni wyjaśnić dzieciom, o jakich tajemnicach lepiej powiedzieć zaufanym dorosłym), nie obgadywać za plecami i nie zawodzić czyjeś zaufania,
- uśmiechać się i zachowywać dobry nastrój – zamiast się obrażać, dąsać czy narzekać,
- rozwijać swoje pasje i zdolności – wspólne zainteresowania to jedno z mocnych spoiw relacji koleżeńskich, a dodatkowo dzieci, które mają pasję lub są w czymś dobre, mają czym się wyróżnić bez przechwałek,
- wiedzieć, kiedy odpuścić – nie narzucać się innym i nie rywalizować z nimi za wszelką cenę, a w konflikcie wiedzieć, że nie zawsze trzeba wygrywać,
- doceniać samych siebie – dziecko powinno dobrze znać swoje silne, ale i słabsze strony, a jednocześnie mieć dobrą i adekwatną samoocenę (zbudowaną na jego zaleceniach przy akceptacji wad); kiedy sami się lubimy i szanujemy, mamy większą szansę wzbudzić szacunek i sympatię innych, dbać o dobry wygląd – nie chodzi o markowe ubrania czy modną fryzurę, ale po prostu o wygląd możliwie estetyczny i schludny; rodzice powinni zwrócić uwagę na to, by w sposobie ubierania się czy czesania dziecka (a także w jego trosce o higienę osobistą) nie było czegoś, co może być powodem do żartów – to samo dotyczy zachowania dziecka w grupie (tzw. dobrych manier).

Większości tych umiejętności dzieci mogą nauczyć się od rodziców. To, w jaki sposób rodzice budują z dzieckiem relację w domu i jak się z nim komunikują, ma istotny wpływ na to, w jaki sposób zachowuje się ono wobec rówieśników. Rodzice powinni zatem:

- wspierać wiarę w siebie i samoocenę dziecka,
- okazywać dziecku szacunek, życzliwość i zainteresowanie (w zakresie różnych sfer życia istot-

nych nie tylko dla rodzica, ale także dla dziecka),

- dużo i konstruktywnie rozmawiać z dzieckiem, by mogło rozwijać kompetencje komunikacyjne,
- uczyć dziecko współpracy (przez wspólne gry, zabawy, śpiewanie, realizację domowych obowiązków), a także właściwego reagowania na niepowodzenia (np. pogodzenia się z przegraną w grze),
- wspierać i pobudzać poznawczą ciekawość dziecka – rozmawiać z nim, dyskutować, odpowiadać na jego pytania, ale też samemu pytać o różne rzeczy, których się ono uczy lub którymi się interesuje, by mogło ćwiczyć opowiadanie i rozmowę o nich,

- uczyć dziecko konstruktywnego wyrażania uczuć i radzenia sobie z emocjami, a także negocjowania, rozwiązywania konfliktów, argumentowania, ustalania różnych spraw (np. wspólnego planowania pracy lub zabawy w grupie) – najlepiej poprzez praktykowanie tego w codziennym życiu, wprowadzać w domu zasady, zgodnie z którymi chcieliby, aby dziecko postępowało poza domem, i konsekwentnie ich przestrzegać w odniesieniu do wszystkich domowników (np. zasada szczerości, szacunku, dotrzymywania słowa czy wspierania się nawzajem powinna w takim samym stopniu obowiązywać dziecko, jak i rodziców i innych domowników).

Najważniejsze jest to, jak postępuje się z dzieckiem na co dzień, jak wyglądają ich zwykłe relacje. Jeśli są właściwe, dzieci uczą się tego

wszystkiego niejako „przy okazji”. Oczywiście dodatkowe rozmowy z dzieckiem czy zabawy edukacyjne (np. ćwiczenie scenek rozwijających asertywność lub inne kompetencje społeczne dziecka) są bardzo cenne, ale stanowią jedynie dodatek (lub metodę działania, kiedy okazuje się, że dziecko wykazuje w danym obszarze konieczne do wyrównania deficytu).

To ważne, ponieważ część rodziców nadal uważa, że „wychowywanie” dziecka polega na pouczeniu go, dawaniu mu rad czy urządzaniu pogadanek (lub awantur). Dzieci jednak w niewielkim stopniu są w stanie przełożyć na praktykę informacje, które uzyskują od dorosłych werbalnie. Najlepiej uczą się przez obserwację i naśladowanie, trzeba więc jak najczęściej stwarzać im ku temu okazję. Zwłaszcza poprzez takie kształtowanie relacji i komunikacji w domu, by dziecko miało jak najwięcej dobrych przykładów i wzorców.

Dzieci „nieśmiałe”

Te dzieci, które są postrzegane jako „nieśmiałe”, „zahamowane” czy „wycofane”, wymagają często do-

(Ciąg dalszy na stronie 4)



źródło: smegapedia.pl



źródło: mamotopia.pl

datkowego wsparcia (choć ich również dotyczą wszystkie wyżej wspomniane sugestie). Często dzieci te są po prostu bardziej wrażliwe lub potrzebują więcej czasu na obserwację czy namysł, zanim zareagują (np. nim odpowiedzą na pytanie czy włączą się do zabawy). W ich przypadku rodzice powinni:

- zaakceptować preferencje dziecka i nie wywierać na nim presji, by koniecznie próbowało zachowywać się inaczej (np. jeśli jest introwertyczne – by zachowywało się jak ekstrawertyk); dziecko może bowiem wyczuć, że rodzic go nie akceptuje i nie jest z niego zadowolony, a to może powodować jeszcze większą tendencję do wycofywania się z kontaktów (bo uderza w samoocenę dziecka),
- wspierać dziecko w odnajdywaniu jego silnych stron mogących mu pomóc pozytywnie zaistnieć w grupie, a także w rozwijaniu strategii zgodnych z jego temperamentem i charakterem, które będą skutecznie pozwalały na włączenie się do zabawy (np. jeśli dziecko dłuższy czas tylko obserwowało zabawę innych, można z nim poćwiczyć, w jaki sposób może się w nią włączyć, np. co powiedzieć lub zaproponować, by zachęcić dzieci do przyjęcia go),
- organizować dziecku spotkania z rówieśnikami na przyjaznym gruncie (w domu lub w jakimś atrakcyjnym miejscu, np. na placu zabaw, na basenie, w parku naukowym) – spytać dziecko, kogo chciałoby zaprosić i zachęcić je do tego (mogą też porozmawiać z rodzicami wybranego dziecka); nieśmiałemu dziecku łatwiej będzie nawiązać kontakt w mniejszej grupie lub w parze, poza szkolną klasą, a nawiązanie w ten sposób znajomości z jedną osobą może ułatwić zdobycie szerszych kontaktów w klasie.

Jeśli trudności dziecka są poważne i rodzice nie potrafią sami mu pomóc, warto by w tej sprawie skonsultowali się z wychowawcą klasy, szkolnym pedagogiem lub psychologiem czy też poradnią psychologiczno-pedagogiczną. Specjaliści mogą zaproponować pomoc dziecku we włączeniu go do życia klasy (wychowawca) lub w rozwijaniu jego umiejętności osobistych i społecznych, które umożliwią mu pokonanie trudności

(np. warsztaty psychoedukacyjne, grupy socjoterapeutyczne).

„Nieodpowiednie” znajomości

Zdarza się, że dziecko nawiązuje relacje z rówieśnikami, którzy mają na nie niewłaściwy wpływ lub źle je traktują (np. wykorzystują, namawiają do niewłaściwych lub ryzykownych zachowań albo są zaborczy – chcą kontrolować dziecko, manipulują nim, zabraniają przyjaźnić się z innymi). W takiej sytuacji rodzice mogą:

- zaproponować dziecku wspólne spędzanie czasu z jego znajomymi – jeśli dziecko nie będzie chętnie, może to znaczyć, że obawia się, iż uznamy jego znajomych za nieodpowiednich lub np. wstydzi się tego, jak je traktują,
- ustalić limity i zasady spotykania się przez dziecko z tymi znajomymi (kiedy i gdzie mogą się z spotykać; w szczególnych przypadkach tylko w domu, kiedy jest w nim ktoś z rodziców),

- pomagać dziecku w poszukiwaniu innych kolegów i przyjaciół, np. zapisać je do kółka zainteresowań czy harcerstwa, zachęcić je do zaproszenia do domu innych osób z klasy.

Rzadko sprawdzają się natomiast bezwzględne zakazy spotkań czy nakazy zerwania znajomości, zwłaszcza jeśli dziecku brakuje alternatywy. Nawet jeśli nie jest ono szczęśliwe w danej przyjaźni i ma wrażenie, że jest źle traktowane, często woli mieć taką przyjaźń niż żadną.

Rozwiązywanie konfliktów i sytuacji trudnych

Nawet w najlepszych przyjaźniach mogą się zdarzyć różnice zdań czy sytuacje konfliktowe. Warto więc przybliżyć rodzicom, w jaki sposób mogą uczyć dzieci radzenia sobie w takich sytuacjach. Dzieci powinny nie tylko umieć komunikować się w konflikcie (np. negocjować, argumentować, łagodzić nastroje) czy radzić sobie z emocjami, które on wywołuje, ale także umieć ocenić stopień swojej odpowiedzialności w danej sytuacji. I – jeśli zawiniły (lub częściowo zawiniły) – potrafić przeprosić oraz zaproponować jakieś kompromisowe porozumienie uwzględniające potrzeby wszystkich zaangażowanych stron.

Najlepszą praktyką dla dziecka po raz kolejny jest w tym przypadku codzienne takie życie rodzinne, by dawało dziecku jak najlepsze wzorce. Być może części dorosłych trudno zaakceptować pomysł, by własne konflikty z dzieckiem rozwiązywać poprzez negocjacje i dyskusje i traktując je po partnersku (zamiast po prostu mu coś nakazać), ale warto ich do tego przekonywać, wskazując na korzyści, jakie odniesie nie tylko dziecko, ale także cała rodzina (tam, gdzie wszyscy umieją rozwiązywać konflikty, mają one mniej gwałtowny, a bardziej konstruktywny przebieg).■

Sześć pomysłów na to, jak wspierać samodzielność przedszkolaka

A. Strzelecka-Lemiech
Psycholog, psychoterapeuta
źródło: mojprzedszkolak.pl

Potrzeba bycia niezależnym, obok potrzeby bliskości czy uwagi jest jedną z najważniejszych w życiu każdego – dużego i małego człowieka. W jaki sposób rodzice mogą wspierać rozwój autonomii swojego dziecka, by chciało być samodzielne, a w przyszłości wyrosło na dorosłego, który ufa swoim możliwościom?

Zasada 1: Daj dziecku przestrzeń na niezależność

Ponieważ nawet małe dziecko potrzebuje decydować o sobie, warto zapewnić przedszkolakowi jak najwięcej przestrzeni do doświadczania własnej niezależności, zarówno w kwestii dokonywania wyborów dotyczących jego samego, jak i wykonywania samodzielnie pewnych czynności. Aby uwierzyć we własne siły, maluch musi mieć możliwość ćwiczenia ważnych dla siebie umiejętności, takich jak ubieranie się, liczenie, kupowanie, przygotowywanie jedzenia czy jeżdżenie windą. Warto mieć to na uwadze, planując rozkład dnia całej rodziny. Można na przykład przeznaczyć na spędzenie w przedszkolnej szatni dodatkowe 10 minut, które dziecko wykorzysta na kilkakrotne próby zapięcia guzików, a rodzic spokojnie będzie mu w tym czasie towarzyszył. Maluchowi, któremu bardzo zależy na tym, by za każdym razem przyciskać odpowiedni guzik w windzie, warto zafundować kilka dodatkowych „jazd”, by mógł nacieszyć się nową umiejętnością. Dobrym sposobem na ćwiczenie samodzielności jest pozwolenie dziecku na zrobienie małych zakupów, najpierw u boku rodzica, a później z dorosłym stojącym w gotowości do pomocy pod drzwiami sklepu. Przedszkolak może również sam zrobić sobie kanapkę czy odkurzyć pokój. Ważne: nie należy krytykować początkowo niezdarnych prób wykonywania przez dziecko pewnych czynności, a jedynie życzliwie udzielić mu potrzebnych informacji, np.: „Widzę, że bardzo starannie odkurzyłaś środek pokoju. Warto zajrzeć też za drzwi, bo tam zbiera się czasem dużo kurzu”.

Zasada 2: Pozwalaj dziecku na własne wybory

Równie ważne jak czas i przestrzeń na ćwiczenie pewnych umiejętności jest pozwalanie dziecku na dokonywanie własnych wyborów. Warto pozwolić kilkulatekowi na samodzielne podjęcie decyzji, co kupi koleżance na urodziny, czy chce się podzielić z kolegą zabawką lub czy chce przeprosić za zachowanie, które sprawiło komuś przykrość. Ważnym obszarem autonomii dziecka jest ubieranie się i jedzenie. Przedszkolak może sam zdecydować, ile danego dnia zje i co wybierze z przygotowanych przez rodzica propozycji. Dobrym pomysłem może być samodzielne dobieranie przez dziecko produktów do kanapki lub warzyw do sałatki. Kilkulatekowi



źródło: zdrowyprzedszkolak.pl

można również przygotować półkę z ubraniami na aktualną porę roku i pozwolić mu wybierać z nich te, które chce założyć.

Przestrzeń na dokonanie własnego wyboru nie oznacza jednak, że rodzic nie może podzielić się z maluchem swoim zdaniem. Zawsze warto powiedzieć przedszkolakowi, kiedy uważamy, że warto byłoby przeprosić za nieuprzejme zachowanie lub co naszym zdaniem może spodobać się koleżce w prezencie urodzinowym. Dziecko, które podejmie własną decyzję, można później zapytać, czy jest zadowolone z wyboru, jakiego dokonało i dlaczego. Refleksja nad konsekwencjami podejmowanych decyzji jest bardzo dobrym ćwiczeniem uczącym samodzielnego myślenia i racjonalnej oceny sytuacji.

Zasada 3: Wspólnie rozwiązujcie problemy

Istotnym elementem nauki dokonywania samodzielnych wyborów jest wspólne podejmowanie decyzji w sytuacji konfliktowej. Jeśli na przykład kłopotem dla rodziców jest zbyt długie wybieranie się rano z dzieckiem do przedszkola, warto usiąść razem przy stole i przedyskutować, jak można ten problem rozwiązać. Dobrym sposobem jest tak zwana burza mózgow – zarówno rodzice, jak i dziecko wymyślają pomysły na to, jak poradzić sobie z kłopotem, a potem wspólnie wybierają najlepszą propozycję. Taka wspólna dyskusja może być zwoływana na bieżąco lub stanowić ważny element planu tygodnia rodziny. Regularne słuchanie dziecka i odnoszenie się z szacunkiem do jego potrzeb dziecka oraz poważne traktowanie jego zdania pozwala maluchowi zaufać własnym osądom i ćwiczyć się w umiejętności rozwiązywania problemów.

Warto również dać dziecku szansę na przedstawienie swojego punktu widzenia w sprawach dotyczących całej rodziny lub sytuacji innych osób. Malucha można zapytać, co myśli o naszych decyzjach np. dotyczących waka-

(Ciąg dalszy na stronie 6)

cji czy spędzenia świąt Bożego Narodzenia z przyjaciółmi – w ten sposób dziecko uczy się, że jego zdanie jest ważne, a także ćwiczy się w refleksji nad konsekwencjami różnych działań. Takie ćwiczenie samodzielnego myślenia warto też realizować podczas wspólnego czytania lub oglądania bajek – przedszkolaka można zaprosić do znalezienia odpowiedzi na pytania o punkt widzenia czy motywy postępowania konkretnych bohaterów.



źródło: kobieta.pl

Zasada 4: Pozwól dziecku doświadczać konsekwencji swoich działań

Pozwalanie dziecku na ponoszenie konsekwencji swoich decyzji i działań pozwala przedszkolakowi uczyć się na własnych błędach i wyciągać wnioski z własnego doświadczenia. Zamiast samemu biec po ścierkę, lepiej poczekać lub poprosić dziecko, by samo wytarło wylany przez siebie sok czy podniosło przewrócony dzbanek. Ważną informacją dla malucha może być również pokazanie mu, jakie są konsekwencje jego działania dla innych osób, np.: „Dziękuję ci bardzo, że przypilnowałaś młodszej siostry, kiedy ja przygotowywałam kolację – bardzo mi to pomogło i dzięki temu szybciej zjedliśmy”. Aby maluch mógł skorzystać z takiej informacji zwrotnej i uczył się przewidywać, jakie konsekwencje mogą być efektem konkretnych działań, musi czuć się bezpiecznie w kontakcie z dorosłym. Warto więc unikać krytycznego tonu czy oceniających określeń, a skupić się raczej na faktach i neutralnych obserwacjach, np.: „Potrafiłeś Jasiu kubek z kredkami – trzeba je pozbiierać”.

Zasada 5: Wspieraj rozwój wewnętrznej motywacji dziecka

Dziecko, które wykonuje pewne czynności, bo czuje taką wewnętrzną potrzebę, a nie dlatego, że oczekuje za to nagrody lub pochwały, będzie równocześnie bardziej

samodzielne. Aby wspierać rozwój wewnętrznej motywacji malucha, warto:

- zwracać uwagę dziecka na przyjemność płynącą z zadowolenia z wykonywania jakiejś czynności, np.: „Widziałam, że długo rysowałaś ten zamek, Basiu – sprawiało ci to chyba przyjemność?”;
- wzmacniać poczucie sprawczości przedszkolaka, np.: „Widzę, że jesteś zadowolony z tego, jak udało ci się

posprzątać tę szufladę. Poświęciłeś temu dużo czasu i bardzo się starałeś.”;

- unikać oceniania efektów pracy dziecka, a skupiać się na okazaniu mu uwagi, np.: „O, widzę, że twoja lalka Amelka ma nową fryzurę!”; o pomagając dziecku dostrzegać i doceniać efekty własnych działań, np.: „Jak ci się udało zbudować taką wysoką wieżę?”; o zapraszając malucha, by sam oceniał efekt swojego działania, np. „A tobie, Marcinku, jak się podoba ten obrazek?”; doceniać pomoc dziecka, np.: „Dziękuję kochanie, że pomogłaś mi rozwiesić pranie na balkonie”.

Zasada 6: Zbuduj z dzieckiem bezpieczną więź

Dziecko, które doświadczyło, że

zwykle może liczyć na swojego opiekuna, czuje się bezpiecznie i dzięki temu może skoncentrować się na rozwoju i budowaniu własnej autonomii. Podstawowym sposobem na zbudowanie z dzieckiem bezpiecznej więzi jest odczytywanie potrzeb malucha oraz wrażliwe reagowanie na nie. Nie chodzi o spełnianie wszystkich zachcianek kilkulatka, ale o zauważanie i okazywanie szacunku dla takich potrzeb dziecka, jak potrzeby fizjologiczne, potrzeba bliskości, samodecydowania, akceptacji, ruchu, zabawy, bezpieczeństwa, uczenia się itp. oraz wszystkich uczuć, jakie dziecko przeżywa w związku z tym, że jego potrzeby są lub nie są zaspokojone (również złości, smutku czy rozczarowania). Bezpieczna więź dziecka z rodzicem to podstawa samodzielności w dorosłym życiu, ponieważ człowiek, który doświadczył wystarczająco dużo bliskości, ma równie silną potrzebę bycia niezależnym i chętnie korzysta z możliwości budowania własnej autonomii.

Będąc rodzicem małego dziecka, warto pamiętać, że nauka samodzielnego myślenia i działania trwa latami, a każdy maluch ma swoje własne tempo rozwoju. Oczekiwanie od kilkulatka wykonywania czynności, do których nie jest fizycznie lub emocjonalnie gotowy, może przynieść więcej szkody niż pożytku. Dlatego warto uważnie obserwować możliwości oraz potrzeby rozwojowe swojego dziecka i uszanować jego indywidualność.

■

Nastolatek – ufać czy kontrolować?

K. Isio-Kurpińska
Trenerka Instytutu Kształcenia
źródło: edurada.pl

Jak postępować z nastolatkiem: ufać czy kontrolować? A może ufać i kontrolować? Swoje rozważania na temat kontroli rodzicielskiej a prawa do prywatności przedstawia autorka.

Życie z nastolatkiem nie jest łatwe – te kilka lat to okres zawieszania między dzieciństwem a dorosłością. Młody człowiek nie czuje się już dzieckiem, ma swój własny świat, swoje sprawy, przyjaciół, środowisko, własne zainteresowania. Jednocześnie jednak brakuje mu doświadczenia i dystansu, ma tendencje do zachowań impulsywnych i nieprzemyślanych. Przede wszystkim zaś, prawnie i emocjonalnie, nadal odpowiadają za niego rodzice. Na ile zatem powinniśmy zapewnić naszym nastolatkom prywatność? Czy lepszym podejściem jest staranna kontrola, czy daleko posunięte zaufanie? Myślę, że każdy rodzic musi rozważyć te kwestie samodzielnie, znając swoje dziecko i sytuację swojej rodziny – chciałabym jednak podzielić się z Państwem kilkoma przemyśleniami na ten temat.

Choć czas wydaje się mijać niepostrzeżenie i wszystkim chyba zdarza się wypowiedzieć zdanie „Jak to możliwe, że mnie przerosłeś – przecież dopiero fikałeś w pieluszkach!”, w rzeczywistości mamy wiele lat na przygotowanie się do okresu, kiedy nasze dziecko będzie nastolatkiem. Spotkałam się z opinią, że dzieci wychowuje się do 6-8 roku życia, później przychodzi czas zbierania owoców swojej pracy. Dlatego tak istotne jest budowanie relacji z dzieckiem od najmłodszych lat. Jeśli będzie to relacja oparta na wzajemnym szacunku i zaufaniu, jeśli dziecko będzie wiedziało, że może zwrócić się do nas z problemem i znajdzie wsparcie raczej niż krytykę, pocieszenie raczej niż „kazanie, że staniemy po jego stronie – jest szansa, że relacja ta pomoże nam przetrwać okres „burzy i naporu”. Być może temperatura sporów wzrośnie, być może rozmowy nie będą tak częste, ale możemy mieć nadzieję, że dziecko będzie nadal dzielić się z nami tym, co dla niego ważne i opowiadać, co się w jego życiu dzieje.

Jestem przekonana, że kluczem do uniknięcia najpoważniejszych i najniebezpieczniejszych błędów młodości jest rozmowa. Szczera, partnerska, pełna szacunku dla interlokutora – kazanie wygłaszane ex cathedra i nie dopuszczające dyskusji może mieć efekt odwrotny do zamierzonego, zgodnie z powiedzeniem „zakazy owoc bardziej ńęci” tudzież „na złość mamie niech mi uszy zmarzną”. Ważne jest również, aby mówić o wszystkim,

bez tematów tabu. Wierzę w komunikaty typu „ja”: szczerze powiedzenie nastolatкови, że się o niego boję, opisanie swoich obaw, prośbę o komentarz z jego strony. Poruszanie najtrudniejszych tematów, takich jak przemoc, seks czy narkotyki, pozwala również dziecku na opowiedzenie o swoich problemach czy obawach, podczas gdy samo być może obawiałoby się takie tematy poruszyć. Warto też przygotować się do takich rozmów merytorycznie, aby nie powtarzać utartych stereotypów, ale być faktycznie partnerem do rozmowy dla dziecka.

Oczywiście wszystko co napisałam powyżej to sytuacja idealna: dziecko nie sprawia większych kłopotów, mamy z nim dobry kontakt, prowadzimy rozmowy – czasem trudne, ale zawsze szczerze i prowadzące do rozwiązania

ewentualnych problemów. Co jednak robić w sytuacji, kiedy zachowanie dziecka nas niepokoi – mamy na przykład uzasadnione podejrzenia, że dziecko zażywa narkotyki? Co jeśli obraca się w towarzystwie, które wydaje się nam nieodpowiednie? Wówczas zapewne kontrola jest konieczna. Obawiałabym się jednak prowadzenia kontroli w tajemnicy, ukradkiem. Niezależnie od jej



źródło: parentingnh.com

z naszej strony na pewno zniszczy zaufanie dziecka do nas i relację, jaką udało nam się zbudować. Myślę, że dobrym rozwiązaniem jest postawienie sprawy jasno: „Mam wrażenie, że jesteś pod wpływem narkotyków. Wiesz, że jest to niebezpieczne i szkodliwe dla zdrowia, a ja, jako rodzic, jestem za Ciebie odpowiedzialna i martwię się o Ciebie. W związku z tym chciałabym, abyś poddał/a się testowi na obecność narkotyków.” Jeśli wynik testu będzie negatywny, nastolatкови należą się z naszej strony przeprosiny; jeśli będzie pozytywny – mamy możliwość przeprowadzenia konstruktywnej rozmowy na temat tego, co się dzieje i zaplanowania (wspólnego) dalszych działań. Jeżeli wykryjemy coś podczas „tajnej” kontroli, rezultatem może być tylko awantura.

Na koniec nieco smutna uwaga: niezależnie od tego, jak bliska jest nasza relacja z dzieckiem, jak dobrze funkcjonuje nasza rodzina – nie wszystko jesteśmy w stanie przewidzieć, nie uda nam się uchronić dziecka przed całym złem świata, nie zapobiegniemy popełnianiu przez nie błędów. Możemy tylko rozmawiać, dzielić się doświadczeniem, wspierać i być obok, być po jego stronie. I mieć nadzieję, że uda mu się przejść przez ten trudny okres w życiu bez szwanku. ■

Książka dla przedszkolaka – kryteria wyboru

K. Budzianowska

źródło: edurada.pl



Co sprawia, że określone książki są bardzo przez dzieci lubiane i chętnie do nich wracają? Jak wybrać lekturę, która rozbudzi pasję czytelniczki malucha?

Co sprawia, że określone książki są bardzo przez dzieci lubiane i chętnie do nich wracają? Pierwszym warunkiem jest tematyka: ulubione zabawki, ich przygody, znane z rzeczywistości zwierzęta, przedmioty spotykane w domu, na podwórku w przedszkolu. Wszystkie sprawy, przedstawione w sposób jasny i klarowny w postaci łatwego wierszyka lub prozy. Pogodny nastrój, akcja bezkonfliktowa, rejestrująca zwykle zdarzenia, pozbawiona napięć. Świat małego dziecka to jego rodzina, dom, przedszkole, najbliższa ulica, podwórko. Stopniowo ten krąg dziecięcy się rozszerza. Wiele spraw jest dla dziecka jeszcze pogmatwanych i niejasnych. Książka, omawiając najbliższe otoczenie małego czytelnika, może je stopniowo poszerzać i porządkować. Zasób słownictwa jest bogaty – dziecko pięcioletnie posługuje się przeciętnie zasobem ok. 2000 słów. Tematyka książki może być nieco „na wyrost”, musi być jednak na tyle dostępna, że dzieci chętnie będą do niej wracały.

W książkach dla najmłodszych doniosłą, czasem bardzo eksponowaną rolę pełnią ilustracje, tworząc z tekstem integralną część. Ilustracje te operują pewnymi uproszczeniami, utrzymane są w ciepłych, żywych, jasnych barwach. Małe dziecko pragnie także zobaczyć to, o czym słucha i dlatego podobają mu się książki, w których ilustracje ściśle związane są z tekstem. Pamiętać należy, że dzieci w młodszym wieku przedszkolnym mają układ nerwowy jeszcze nieodporny, wrażliwy na bodźce, toteż łatwo je przerazić. Zbyt silne przeżycia – nawet te lekturowe – mogą powodować stany lękowe. Jednak już dla dzieci w starszej grupie przedszkolnej może być zapotrzebowanie na treści obfitujące w opisy przygód, pełne momentów napięcia i emocji. Ma to ścisły związek z ich rozwojem intelektualnym, społecznym, emocjonalnym oraz całokształtem oddziaływań środowiska i wychowania. Rozwój wyobraźni i fantazji wpływa na zainteresowanie baśnią, a jednocześnie coraz bogatsze doświadczenia, bardziej wnikliwa obserwacja otaczającego świata, chęć naśladowania dorosłych, sprawia, że z radością są witane utwory o tematyce realistycznej, które poszerzają

zakres codziennych doznań i sprawy znane ukazują się w nowym świetle. Starsze przedszkolaki z zainteresowaniem słuchają dłuższych opowiadań prozą, baśni i bajek, jak również „powieści” dla dzieci, w których niedługie opowiadania łączą się w pewną całość.

Warto w tym miejscu wspomnieć, że o ile dla dorosłych jednym z głównych kryteriów oceny wartości dzieła sztuki – w tym książki – jest jego niepowtarzalność i oryginalność artystyczna, burzenie utartych przyzwyczajęń odbiorcy, zaskakiwanie go nowymi środkami przekazu i oddziaływania, o tyle młody czytelnik wcale tego nie pragnie. Wręcz przeciwnie. Ma on wobec literatury dość ustalony i sztywny kanon żądań i chciałby, aby jego oczekiwania były spełnione. Te oczekiwania, jak już wspomniałam, wynikają w pierwszym rzędzie z poszczególnych etapów biologicznego i psychicznego rozwoju i są dosyć trwałe dla wielu pokoleń, nie ulegają gwałtownym przemianom.

Jednak najnowsze publikacje pedagogiczne zwracają uwagę, że dwu, trzy, cztero czy pięcioletek, który „wychowany” jest na telewizyjnych programach, doskonale radzący sobie z przygodami kota Filemona, Bolka i Lolka, rozbójnika Rumcajsa, a głęboko przeżywający losy bohaterów japońsko-amerykańskich produkcji, może odbierać błahe opowiadki o grzecznym chłopczyku, który myje rączki, jako nudne, pozbawione mocniejszych wrażeń a więc niegodne uwagi. Jeśli zatem kontakt z książką ograniczy się tylko do tego typu lektury, może to upoważnić dziecko do uogólnień, że prawdziwe atrakcje zapewnia tylko telewizja.

Problem wpływu telewizji na lekturowe wybory dzieci w wieku przedszkolnym nie został jeszcze wyczerpująco opracowany.

Swoistą rolę zaczyna odgrywać także komputer. Dziecko uczestniczące w grze komputerowej jest bohaterem, ale nie identyfikuje się z nim, jak to bywa w przypadku lektury.

Podsumowując rozważania o wyborze książek dla dzieci w wieku przedszkolnym należy stwierdzić, że koniecznymi warunkami właściwego wyboru są: własne zainteresowania czytelnicze, znajomość literatury dziecięcej, umiejętność spojrzenia na możliwości recepcyjne dziecka z uwzględnieniem jego upodobań oraz krytyczna ocena książki pod względem jej wartości edukacyjnych, wychowawczych i artystycznych. ■

Miejski Zespół Szkół nr 8

Szkoła Podstawowa nr 8
ul. Prochownia 7; 38-400 Krosno
tel. 13 43 224 41; 13 47 438 21

www.sp8krosno.pl
e-mail: sp8krosno@gmail.com

Miejskie Przedszkole nr 3
ul. Prochownia 4; 38-400 Krosno
tel. 13 43 216 05; 13 47 438 22