



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.

Pedagogzy szkolni

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

Rok 10, numer 2/39

Data wydania: grudzień 2019 r.

W tym numerze:

- Życzenia świąteczne (str. 1); Wychowawcza wartość tradycji rodzinnych (str. 2-3);
- Kształtowanie się osobowości i własnej tożsamości w wieku dorastania (str. 4-6);
- Problemy wychowawcze młodzieży w wieku dojrzewania (str. 7-8).



Z okazji
Świąt Bożego Narodzenia
życzymy pełni dobra i szczęścia
w życiu rodzinnym i osobistym.
Niech w naszych domach
zagości ciepło, pogoda ducha,
nadzieja i dobro,
a Nowy, 2020 rok
napelni wszystkich siłami
do realizacji planów i zamierzeń.

W imieniu społeczności
Miejskiego Zespołu Szkół nr 8
w Krośnie

Marta Habrat

Wychowawcza wartość tradycji rodzinnych

A. Stanek

źródło: publikacje.edu.pl

Tradycje rodzinne dają wychowywanym dzieciom wzorce do naśladowania w przyszłości. Pozwalają zrozumieć dziecku, kim jest, skąd się wywodzi, jacy byli jego przodkowie. Uczą przeżywania i odbierania wzruszeń i nastrojów, a nade wszystko służą umacnianiu więzi rodzinnych, dlatego powinny być wspólnie przygotowywane, celebrowane i przeżywane.



Każda wyodrębniająca się przynajmniej względnie trwała społeczność wytwarza właściwe sobie zwyczaje, obyczaje. Własna tradycja powstać może w zespole ludzi zżytych ze sobą, stosujących różne niesformalizowane formy i metody działania, które zaspakajają określone potrzeby i oczekiwania członków wspólnoty, przynoszą im satysfakcję. Tradycja z łacińskiego - nomen omen-nauczanie, szerzej - to proces przenoszenia z pokolenia na pokolenie wartości, przekonań, wiedzy i umiejętności, to rodzaj zbiorowej pamięci. Tradycja świadczy o dziedziczeniu określonych form i norm zachowania, w tym kontekście można mówić o regulacyjnej funkcji tradycyjnych obyczajów. Pod pojęciem tradycji rozumie się nie tylko zwyczaje i obyczaje świąteczne, lecz również odniesienie do codziennego życia wspólnoty rodzinnej. Jest to np. organizacja codziennych zajęć domowych, spędzania niedziel i innych dni wolnych od pracy, a także urlopów i wakacji, sposobu przyjmowania gości, utrzymywania kontaktów z dalszą rodziną, rozmawiania ze sobą, rozwiązywania konfliktów. Tradycję odzwierciedlają ukształtowane opinie, gusta, formy życia i zachowań. Tradycje rodzinne odgrywają podstawową rolę w kształceniu charakteru człowieka, są one niejako swoistym miernikiem więzi emocjonalnej w rodzinie, przez co stanowią ogromną wartość wychowawczą.

W rodzinie funkcjonują różne zakorzenione w tradycji i otwarte na współczesność zwyczaje i obyczaje. Są one związane przede wszystkim: z kalendarzowym rytmem przyrody i życia społecznego, z biografią rodziny i jej poszczególnych członków, z dniem codziennym tej

wspólnoty. Obyczaje są względnie trwałe, charakterystyczne dla danego terenu i okresu, przyjęte powszechnie w danej zbiorowości społecznej formy zachowania. Sfera obyczajów rozciągać się może na wszystkie dziedziny ludzkiego postępowania od takich czynności jak mieszkanie, ubieranie się, jedzenie, do takich jak poszanowanie ludzkiego życia. Obrzędy stanowią swoiste zespoły czynności, praktyk, rytuałów, związanych z ważnymi wydarzeniami. Zwyczaje, czyli skłonności do przejmowania określonych form zachowań, mają najmniejszy wpływ na postępowanie grup ludzkich.

Rodzaje tradycji rodzinnych

Tradycje, obyczaje i zwyczaje w rodzinie, podlegają takim samym procesom jak w innych zespołach i w całym społeczeństwie. Niektóre z czasem zanikają, inne pieczołowicie są pielęgnowane, a jeszcze inne podlegają modyfikacji. Tradycje wygasające są to zachowania kulturowe, które w obecnych czasach nie spełniają już celów, którym kiedyś służyły.

Do sytuacji takiej dochodzi często wtedy, gdy dwoje małżonków wnosi do swojej rodziny odmienne wzorce obyczajowe i wówczas w celu uniknięcia konfliktu rezygnują z obydwu. Jednakże zdaniem psychologów nie, jest to ekstremalne wyjście z sytuacji, gdyż w ten sposób powstaje niczym niezapełniona pustka. Tradycje reinterpretowane (zmodyfikowane) - największy wpływ na ten proces mają dzieci. Nadają one nowe znaczenie obyczajom i zwyczajom powstałym wcześniej, w nieistniejącej już rzeczywistości. Modyfikacja w łagodniejszy sposób przebiega wówczas, kiedy do zastanej tradycji dodaje się poszczególne elementy zaczerpnięte z innych środowisk, również z zagranicy. Pozwala to dostosować tradycje do współczesnego rytmu życia i obecnych potrzeb. Tradycje pielęgnowane są to obyczaje i tradycje, których korzenie sięgają dawnych czasów nierzadko wypartych lub zapomnianych. Często mają one związek z wiarą: obecnie tradycja jest silnie nasycona atrybutami kultury chrześcijańskiej.

Wpływ tradycji rodzinnych na młode pokolenie

W środowisku rodzinnym wyrastają i zakorzeniają się nowe tradycje, które są poddawane sprawdzaniu przez opinię publiczną. Powstają one przez świadome, intencjonalne działanie, w wyniku, czego zespół (w tym przypadku rodzina) wypracowuje swoje niepowtarzalne oblicze, na które składają się własne zwyczaje, obrzędy, wykształcone tradycje. Powstają one przez świadome, intencjonalne działanie, w wyniku, czego zespół (w tym

(Ciąg dalszy na stronie 3)

przypadku rodzina) wypracowuje swoje niepowtarzalne oblicze, na które składają się własne zwyczaje, obrzędy, wykształcone tradycje. Jednakże zrywanie z niektórymi elementami tradycji jest faktem, szczególnie w środowisku wiejskim uwidacznia się odwrót ludzi od kultury, zwłaszcza ludzi młodych z której się wywodzą. W wielu miejscowościach i regionach istniały piękne zwyczaje, jak również ozdobne meble stroje regionalne. Obecnie gospodarze pod wpływem dzieci zmieniają wystrój wnętrza na miejski, wstydząc się folkloru ludowego. Jest to smutny fakt nieuzasadnionego zrywania z tradycją. Zapewne młodzież ta nie wychowa swojego potomstwa w szacunku dla dawnych tradycji.

Jest jednak pewna grupa ludzi, która ubolewa nad odwrótem od tradycji i określa obecny stan w tej dziedzinie, jako utratę sensu przeszłości. Uważają, że młodzi ludzie nie doceniają tradycji z braku informacji.

Przekazywana z pokolenia na pokolenie wiedza o przodkach i charakterystycznych zachowaniach czy dokonaniach wzmacniana takimi atrybutami jak zdjęcia i inne pamiątki rodzinne, tradycja dziedziczenia z dziada-pradziada imion, zawodów- ułatwiają znajdowanie odpowiedzi na istotne dla każdego, zwłaszcza młodego człowieka pytania: Kim jestem? Skąd się wywodzę? Jacy byli moi przodkowie? Najrozmaitsze formy rodzinnych rozmów i spotkań znakomicie mogą

pomóc w zapoznaniu dzieci z takimi właśnie momentami w historii krewnych, w przypomnieniu pewnych charakterystycznych rysów w historii, czyli o rodzinnych tradycjach. Można opowiedzieć dzieciom o jakimś znakomitym dziadku, czy o niezwykłej babci, o pięknych zwyczajach kiedyś panujących. Dobrze by było, żeby dzieci znały historie rodziny, jej tradycje i obyczaje, które by wywierały na nie wpływy wychowawcze. Wiedza stanowiąca uogólnienie rodzinnych zwyczajów i tradycji, wywołuje w dziecku skłonności do podobnego postępowania, ma także wpływ na kształtowanie tzw. hierarchii wartości. Hierarchia wartości to określenie zapożyczone ze słownika etyki, czyli nauki zajmującej się moralnością, a oznacza ono stosunek danego człowieka do różnych ideałów. Z reguły chcemy mieć wpływ na to, jaką hierarchię wartości ustalą sobie nasze dzieci na swój prywatny użytek. W naszych warunkach społeczno-ekonomicznych szczególnie doniosłą rolę w normowaniu życia rodzinnego odgrywają wartości afirmowane przez członków rodziny, a zwłaszcza przez rodziców. Wartości te nadają kierunek dążeniom dorosłych, aktywizują ich energię, powodują, że czemuś poświęcają oni całą uwagę, a coś innego odsuwają na plan dalszy, traktują marginesowo.

Rozpatrując tradycje rodzinne na przykładzie

dorocznych świąt, można stwierdzić, że pozwalają one umacniać emocjonalne więzi w gronie najbliższych jak i krewnych, a czasem znajomych. Niepodważalnym przykładem jest tutaj kolacja wigilijna związana z obchodami Świąt Bożego Narodzenia, do której zasiada o jednej godzinie cała rodzina, aby spożyć tradycyjnie postne potrawy świąteczne. Zwyczaj łamania się opłatkiem z bliskimi towarzyszący kolacji wigilijnej cechuje niezwykła życzliwość. Natalia Han Ilgieewicz w książce "O tradycji w wychowaniu" pisze o tym w następujący sposób: nie wolno nam zapominać o niezmiernie ważnym składniku tradycji - o dodatnim, uczuciowym stosunku między tym, kto przekazuje, a tym kto przejmuje tradycję, kryje się w nim bowiem ciągle czynnik życzliwości. Podobna sytuacja towarzyszy życzeniom noworocznym i wielkanocnym. Umocnieniu więzi emocjonalnej w rodzinie służy świętowanie ważnych dla jej członków uroczystości np. urodzin, imienin, rozpoczynania i kończenia nauki, sukcesów szkolnych i zawodowych, rocznic.

Natomiast takim świętom jak Dzień Dziecka, Dzień Matki, Dzień Ojca, Dzień Babci, Dzień Dziadka, a czasem Świętu Rodziny towarzyszy oprócz scalania więzi nierozzerwalnych, aspekt wychowawczy. Np. Dzień Babci, Dzień Dziadka uczy najmłodsze pokolenie szacunku i miłości dla osób starszych i właściwego

ustosunkowywania się do nich. W odwrotnej sytuacji np. w Dniu Dziecka - dzieci silnie przeżywają i często na całe życie zapamiętują moment, w którym na nich, jako głównych bohaterach uroczystości skupiła się uwaga i życzliwość wszystkich domowników.

Takie uroczystości wychowują dzieci w przekonaniu o późniejszej konieczności organizowania podobnych i o traktowaniu ich, jako coś bardzo ważnego i osobistego. Uczą one przeżywania i odbierania wzruszeń i nastrojów, dlatego powinny być wspólnie przygotowywane, celebrowane, przeżywane. Tradycje rodzinne nadają wychowankom wzorce do naśladowania przekazywane przez starsze pokolenie. Rodzina ma decydujący wpływ na kształtowanie się prawidłowego procesu wychowawczego i osobowości dziecka. Środowisko rodzinne jest głównym ośrodkiem rozwoju sfery emocjonalnej osobowości, postaw moralnych dzieci i ich ideowego wychowania. Rodzina zapewnia wychowanie dzieci i młodzieży, ciągłość społeczną, a przez tradycję - kulturową. Niewątpliwie właśnie tradycje rodzinne stanowią ogromną wartość wychowawczą, gdyż odpowiednie wpajanie, przekazywanie i dziedziczenie, wyzwalały w nas przede wszystkim pozytywne uczucia. ■



źródło: pixabay.com

Kształtowanie się osobowości i własnej tożsamości w wieku dorastania

E. Dybińska
Psycholog, coach
źródło: dybinska.pl

W okresie adolescencji zachodzi proces kształtowania się celów, wartości, ideałów oraz znalezienie wśród nich miejsca dla własnego „ja”. Młody człowiek podejmuje refleksję nad sobą, prowadzącą do poznawczego tworzenia koncepcji siebie, czyli Ja zreflektowanego, które w dużym stopniu odwołuje się do kwestii „jak mnie widzą inni” oraz posiada elementy samowiedzy, które są wynikiem autorefleksji.

Również w tym okresie dużego znaczenia nabiera tworzenie się Ja idealnego. „Dużej rozbieżności między realną, a idealną koncepcją siebie nie można wówczas traktować, jako sygnału nieprzystosowania, lecz jako zjawisko rozwojowe”.

Okres adolescencji jest dla wielu młodych okresem krytycznym, gdyż dokonują się wtedy przemiany i przeobrażenia jakościowe, które odgrywają bardzo ważną rolę w ukierunkowaniu dalszej drogi rozwojowej. Stąd w tym okresie kluczowe znaczenie przywiązuje się do kryzysu tożsamości, w którym młody człowiek poszukuje odpowiedzi na pytanie, „kim jestem?”.

Według E.H. Erikson’a nastolatki przechodzą przez cztery poniższe etapy, na drodze kształtowania się tożsamości, prowadzącej do odkrycia, kim są:

- Kształtowanie wstępne. Rodzice lub osoby mające autorytet przekazują nastolatkowi swoje przekonania, postawy, wartości, które on posłusznie akceptuje;
- Dyfuzja poczucia tożsamości. Młoda osoba spędza wiele czasu na zabawie i zajmuje się ekscytującymi ją



źródło: pixabay.com

rzeczami, nie przejmując się mocno politycznymi, społecznymi, zawodowymi, osobistymi poglądami czy planami;

- Moratorium. Przed ukształtowaniem się ustabilizowanego poczucia tożsamości młody człowiek „sprawdza się” w różnych rolach. „Po drodze (czasem przez dłuższy czas), zanim pojawi się poczucie stabilności, może się zdarzyć, że ktoś będzie >>przymierzał<< osobowość o cechach przestępczych lub osobowość niekonwencjonalną”;
- Osiągnięcie poczucia tożsamości. Polega ono na ukształtowaniu spójnego, silnego systemu wartości oraz na „zdrowym” przystosowaniu do świata wypełnionego przez znaczące związki z ludźmi, pracą oraz zajęcia w czasie wolnym.

Wiele zaburzeń zachowania w okresie adolescencji bierze się właśnie z samego faktu poszukiwania tożsamości poprzez testowanie wzorców dorosłego życia metodą „prób i błędów”, bądź poprzez czasowe odrzucanie norm i autorytetów.

W konsekwencji powyższych działań „dochodzi do racjonalnej konfrontacji wartości wszystkich możliwości wewnętrznych jednostki i zewnętrznych propozycji, w wyniku czego ustala się - zazwyczaj na wysokim poziomie ogólności - centralna orientacja życiowa jednostki, jej wybiórczy i świadomie zaakceptowany sposób istnienia w świecie.

Odwołując się do niej >>ja<< samookreśla się i w działaniu potwierdza swoją tożsamość wyodrębniając się i uwalniając od nacisków zewnętrznych przez skierowanie się ku wy-

(Ciąg dalszy na stronie 5)



źródło: pixabay.com

branych indywidualnie celom”.

Należy dodać, że w okresie kształtowania się tożsamości niestabilna jeszcze osobowość i związana z tym wrażliwość powodują uruchamianie mechanizmów obronnych, jako sposobów radzenia sobie z niepokojem i burzą instynktów, co często wpływa w sposób dezadaptacyjny na funkcjonowanie młodego człowieka. Do takich dezadaptacyjnych form zachowania należą: ekstremalna zmienność nastrojów, depresja, nonkonformizm i niestabilność relacji interpersonalnych.

Ponadto w okresie adolescencji młodzi ludzie wykazują zróżnicowany stopień przystosowania społecznego (od osób dobrze przystosowanych do skrajnie antyspołecznych) i mają zróżnicowane osobowości (od „normalnej” do psychotycznej, od ekstrawertycznej do zamkniętej w sobie, dość często depresyjnej, czy nawet ze skłonnościami samobójczymi).

Ciekawych informacji dotyczących kryzysu tożsamości dostarczają badania, które zostały przeprowadzone w wielu krajach. Otóż pokazują one, że większość nastolatków w okresie dorastania nie odczuwa ani poważnego kryzysu tożsamości, ani załamania się obecnego układu relacji rodzinnych. Owszem wszyscy przeżywają konflikty wewnętrzne, ale zwykle nie ponoszą wskutek tego znaczących kosztów psychologicznych.

Osiągnięcie w adolescencji tożsamości nadaje dalszemu życiu kierunek, prowadzi do krystalizacji systemu wartości osobistych i świadomości indywidualnych możliwości, zdolności i ograniczeń. Szczególnie ważne jest ukształtowanie cnoty wierności własnym wartościom, gdyż pozwala to na realizację celów życiowych.

Wiek adolescencji jest istotnym okresem w rozwoju osobowości, gdyż rozwija się wtedy samoświadomość zarówno celów, jak i zadań życiowych, kształtuje się samoocena i krytycyzm w stosunku do siebie i innych. W tym okresie kształtuje się również wola i charakter, krystalizują się zainteresowania i uzdolnienia. Następuje przechodzenie od wymagań zewnętrznych, wyrażonych w formie reguł zachowania się i przepisów, w wymagania wewnętrzne, a więc system potrzeb, nakazów moralnych, motywów, odczuwany przez jednostkę jako wewnętrzny przymus lub nakaz postępowania w określony sposób. Ponadto młode osoby przejmują od otoczenia

różne przekonania, postawy, opinie, sposób mówienia czy ubierania się.

Ważną rolę w rozwoju osobowości w tym okresie odgrywa sama działalność twórcza młodych, która powiązana jest nie tylko z ich celami osobistymi, ale i silnymi wpływami zewnętrznymi (społecznymi).

J. Reykowski twierdzi, że wpływy zewnętrzne (społeczne) w procesie wychowania mają ogromną rolę w rozwoju osobowości. Według Niego trwale nastawienie tworzące osobowość kształtuje się i organizuje wokół:

- osób znaczących, czy ludzi mających szczególny wpływ na życie jednostki w okresie dzieciństwa i dorastania takich, jak matka, ojciec, nauczyciele,
- typowych i powtarzających się sytuacji, które tworzą zasób doświadczeń jednostki,
- ról społecznych oraz wymagań związanych z nimi zależnych od wieku i płci,

- sytuacji wyjątkowych oddziałujących na jednostkę w sposób traumatyczny, negatywny bądź urazowy (śmierć bliskich, silny lęk).

Należy zaznaczyć, że osobowość kształtuje się zarówno „na tle rozmaitych ideałów, jakie jednostka stawia przed sobą”, jak i w wyniku „procesów samowychowania, które w powiązaniu

z pozytywnymi elementami środowiska wychowawczego powodują zmiany przede wszystkim cech woli i charakteru”. Samo poszukiwanie tożsamości jest ściśle związane z wyborem tożsamości zawodowej i ideologii. Osobiste wartości i ideały zaczynają kształtować zwarty, hierarchiczny system. Stawianie sobie wielu pytań natury egzystencjalnej, szczególnie przez młodzież w wieku 13-17 lat, dyskusje nad istotą dobra i zła budzą szacunek dla samej normy moralnej. Wytworzenie własnego systemu ideologicznego pozwala na wierność sobie i swoim wartościom, w sytuacji braku ciągłości i stałego promowania nowości oraz wielorakości.

Kształtowanie się poczucia własnej odrębności prowadzi do chęci autonomii i usamodzielniania się. Dość często wysokie poczucie własnej wartości sprzyja nieakceptowaniu autorytetów i nie przyjmowaniu z wiarą tego, co przekazują ludzie z otoczenia. Młodzi wykazują

(Ciąg dalszy na stronie 6)



źródło: pixabay.com

słonność do krytykowania, sporów, długich dyskusji, ale również w tym okresie następuje ważny krok w rozwoju duchowym, albowiem kształtują się ideały i plany życiowe, chociaż dość często nieuchwytnie i mgliste.

W okresie adolescencji ma miejsce postępujący proces dojrzewania psychicznego młodzieży. Na proces ten zwraca uwagę wielu autorów. Warto przytoczyć opinie kilku z nich:

- Według M. Przetacznikowej dojrzewanie to „proces fizycznego wzrostu doprowadzający do takiego stopnia dojrzałości organizmu, który warunkuje od strony somatycznej i neurofizjologicznej rozwój w zakresie danej funkcji lub całokształtu zachowania się jednostki”.
- M. Tramer zauważa, że faza dojrzewania jest okresem nierówności intelektualnej i niestałości uczuciowej, ciągłym poszukiwaniem siebie samego i wartości, uspołecznianiem się i znajdowaniem powołania.
- Zdaniem G.W. Allport'a w fazie tej dokonuje się uwolnienie samooceny od opinii innych i zdążanie ku wybranym celom.
- H. Wallon uważa, że w tym okresie ma miejsce rozwój życia wewnętrznego, zmierzanie do rzutowania

siebie na zewnątrz oraz poszukiwanie obiektu osobistego i uniwersalnego.

- T.S. Sarbin zaś twierdzi, że w okresie dojrzewania następuje zdobywanie dojrzałości społecznej, która pozwala na pełnienie ról społecznych i ich twórcze modyfikowanie.
- Zdaniem K. Obuchowskiego w tym okresie następuje przejście do dojrzałej motywacji, pojawia się potrzeba ustalenia sensu życia.
- Z kolei według C.G. Junga w okresie adolescencji ma miejsce powrót do introwersji, skierowanie ku światu idealnemu i dążenie do autonomii.

Należy dodać, że w okresie dojrzewania dokonuje się odkrywanie bogatego świata uczuć i myśli oraz uświadamianie sobie swojej odrębności i niezależności. To odkrycie własnej odrębności i własnego bogatego świata wewnętrznego dość często pociąga za sobą odwrócenie się od rzeczywistości, która jest zbyt trudna i ucieczkę w świat marzeń oraz myśli. Odkrycie w sobie bogatego życia psychicznego przyczynia się do wzrostu pewności siebie, dość często zarozumiałości przypominającej nawet formę bufonady. ■

Problemy wychowawcze młodzieży w wieku dojrzewania

A. Rusek
źródło: edukator.org.pl

Coraz częściej obserwuje się niewłaściwe zachowania dzieci i młodzieży. Agresja, wulgaryzmy, wandalizm, alkoholizm, palenie papierosów, narkotyki - to najczęściej spotykane zjawiska. Szczególnie nasilają się one w okresie dorastania. Typowe są również negatywne zachowania takie jak: konfliktowość, brak prawdomówności, opanowania, osiąganie słabszych wyników w nauce. Aby skutecznie sobie z nimi radzić musimy zrozumieć mechanizmy ich powstawania. Odkrycie przyczyn niewłaściwego zachowania młodzieży w szkole i w domu pomoże nam przejść przez okres dorastania naszych dzieci bez wzajemnych oskarżeń i nieporozumień.

Charakterystyka okresu dojrzewania

Okres dojrzewania charakteryzuje się szeregiem złożonych i burzliwych zmian biologicznych związanych z uaktywnieniem się hormonów jak również zmian psychicznych. Dziewczęta zaczynają dojrzewać około 2 lata wcześniej niż chłopcy. Zarówno początek jak i przebieg zmian u poszczególnych osób jest zróżnicowane. Obecnie obserwuje się przyspieszenie okresu dojrzewania,

znaczy to, że każde kolejne pokolenie dojrzewa nieco wcześniej i szybciej niż poprzednie. Jest to wynikiem polepszenia warunków bytowania i stanu zdrowia ludzi. Przyjmuje się, że okres dojrzewania zachodzi między 11-15 rokiem życia dziewcząt, a u chłopców między 13-17 rokiem życia.

W okresie dorastania obserwuje się rozwój fizyczny, umysłowy, emocjonalny i społeczny. W rozwoju fizycznym następuje przyrost wzrostu i ciężaru ciała. Zmienia się sylwetka, zaczyna funkcjonować układ rozrodczy, występują zmiany skórne, nadmierne pocenie się oraz przetłuszczanie skóry i włosów. Rozwijają się układ sercowo-naczyniowy oraz nerwowy. Zmiany w układzie nerwowym powodują początkowo zachwianie równowagi procesów hamowania i pobudzenia, co przejawia się drażliwością, niepokojem, nerwowością. Po pewnym czasie organizm powraca do równowagi układu nerwowego i innych czynności fizjologicznych.

Wzmocniony rozwój umysłowy to rozwój pamięci logicznej. Myślenie staje się abstrakcyjne. Pobudzona jest fantazja i wyobraźnia, ale także krytycyzm, dotyczący najczę-

(Ciąg dalszy na stronie 7)

ściej najbliższego otoczenia. W okresie dorastania młodzi ludzie poszukują zasad i wartości. Stawiają sobie pytania o cel i sens życia, pojawiają się wątpliwości światopoglądowe. Młodzi przeżywają wtedy niepewność i zagubienie a nawet całkowitą negację. Z czasem kryzys światopoglądowy mija, na część pytań młodzież znajduje odpowiedź, część z nich przestaje być istotna. W miejsce braku kompromisu pojawia się tolerancja i liberalizm.

W okresie młodzieńczym życie uczuciowe jest szczególnie intensywne. Uczucia dorastających są szczególnie chwiejne, sprzeczne i bezprzedmiotowe. Łatwo młodzi przechodzą od uczuć o zabarwieniach pozytywnych do negatywnych. Niewiedzą, dlaczego w tych samych sytuacjach odczuwają raz radość a raz smutek.

Wyróżnić można trzy grupy uczuć:

- Stany agresywne - złość, nienawiść, wrogość, zazdrość.
- Stany obronne - strach, niepokój, smutek, żal
- Stany pozytywne - miłość, wzruszenie, pobudzenie

Mimo gwałtowności przeżyć emocjonalnych młodzi ludzie starają się je ukrywać pod pozorem obojętności. Młody człowiek odkrywa w tym czasie swój świat psychiczny. Jest zainteresowany jak wygląda on u innych. Odkrywa on swoją indywidualność i odrębność, czemu może towarzyszyć uczucie osamotnienia i wyobcowania. Następuje rozwój zdolności do samooceny i oceny innych, na początku daleki od obiektywizmu. Rozwój woli przybiera początkowo formę przekory i negatywizmu, co często prowadzi do konfliktów nawet z błahych powodów. Rozwój woli łączy się z potrzebą czynów sprzyjających wyładowaniu energii, wykazaniu odwagi i bohaterstwa. Po negatywnym etapie woli przychodzi etap świadomych wysiłków zmierzających do kształtowania swojego charakteru.

W zakresie rozwoju społecznego dochodzi do rozluźnienia więzów rodzinnych. Pozycja rodziców ulega osłabieniu, a nawet staje się obiektem krytyki i ataków. Kontaktów i zrozumienia młodzi ludzie zaczynają szukać wśród rówieśników, którzy przeżywają podobne problemy. Pojawiają się przyjaźnie często na całe życie. Młodzież odczuwa potrzebę łączenia się w mniejsze grupy, które na początku są jednopłciowe.

Typowe trudności przeżywane przez młodzież w okresie dojrzewania:

- Naruszenie równowagi psychofizycznej
- Huśtawka uczuć przejawiająca się w przesadnych, prowokujących zachowaniach
- Przejściowe zaburzenia koncentracji uwagi i zdolności do długotrwałego wysiłku umysłowego prowadzące do pogorszenia wyników w nauce
- Kryzys autorytetu dorosłych, bunt przeciwko nakazom, manifestacja niezależności i dorosłości
- Brak umiejętności z radzeniem sobie z trudnościami
- Próby samobójcze, ucieczki z domów, anoreksja, bulimia.

Sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach

Najbardziej popularnym sposobem rozwiązywania trudnych sytuacji jest kara. Jednak często nie potrafimy konsekwentnie stosować metod wychowawczych: nagrody i kary. W wychowaniu nie ma środków uniwersalnych, dlatego stosowanie metody kary wymaga ogromnej umiejętności i kultury pedagogicznej, połączonej z uczuciem miłości do dziecka i pragnieniem jego dobra. Wychowanie nie może obyć się bez kary, jednak nagroda powinna być na pierwszym miejscu, ponieważ utrwała ona pozytywne postępowanie o wiele silniej, niż kara zdolna jest wygasić zachowanie niepożądane.

W okresie dojrzewania potrzebna jest przede wszystkim szczerza rozmowa, która jednak możliwa jest tylko wtedy, gdy wcześniejsze postępowanie w procesie wychowawczym było właściwe i stworzyło podstawy do wzajemnego zaufania. Rozmowa ta powinna wyrażać zrozumienie a nie będzie oskarżeniem, krytyką i udzielaniem rad albo wścibstwem. Ciekawe przykłady rozmów w konkretnych sytuacjach dnia codziennego można znaleźć w książce Adele Faber i Elaine Mazlish pt. "Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały i jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły". Oto kilka przykładów:

Aby pomóc dziecku, by radziło sobie z własnymi uczuciami:

- Słuchaj dziecka bardzo uważnie
- Zaakceptuj jego uczucia słowami: ach, rozumiem, och itp.
- Określ i nazwij te uczucia
- Zamień pragnienia dziecka w fantazję "Pragnę dla Ciebie wyczarować wycieczkę na Hawaje"



źródło: pixabay.com

Wszystkie uczucia można zaakceptować. Pewne działania należy ograniczyć. "Widzę jak jesteś zły na kolegę, ale spróbuj to załatwić spokojnie, a nie impulsywnie".

Aby zachęcić dziecko do współpracy:

- Opisz, co widzisz lub przedstaw problem "Na łóżku leży mokry ręcznik".
- Udziel informacji "Ten ręcznik moczy mój koc".
- Opisz, co czujesz "Nie lubię spać w mokrym łóżku".
- Napisz liścik i umieść go przy wieszaku na ręcznik:
- "Proszę odwieść mnie na miejsce, abym mógł wyschnąć. Dziękuję. Twój ręcznik."

Zamiast karania:

- Wyraź swoje uczucia, nie atakując charakteru dziecka: "Jestem wściekły, że moja nowa piłka została na dworze i zardzewiała na deszczu".
- Określ swoje oczekiwania "Oczekuję, aby moje narzędzia zostały zwrócone po pożyczeniu ich".
- Wskaż dziecku jak może naprawić zło: "Piłka potrzebuje teraz trochę szklanej waty i cienkiej warstwy oleju".
- Zaproponuj wybór: "Możesz pożyczyć moje narzędzia, ale musisz je zwracać, inaczej utracisz przywilej używania ich. Decyduj sam".
- Przejmij inicjatywę: Dziecko: „Dlaczego pudło z narzędziami jest zamknięte?“. Rodzic: "Ty mi powiedz, dlaczego".
- Wspólnie rozwiąż problem: "Możemy ustalić, że będziesz używać moich narzędzi, kiedy zechcesz, ale ja chcę być pewien, że będą na swoim miejscu, kiedy będą ich potrzebował".

Aby uwolnić dzieci od grania określonych ról:

- Wykorzystaj okazję pokazania dziecku, że nie jest tym, za kogo się uważa.
- Stwórz sytuację, w której dziecko spojrzy na siebie inaczej.
- Pozwól dziecku podsłuchać, gdy mówi się o nim pozytywnie.
- Zademonstruj zachowanie godne naśladowania.
- W szczególnych momentach bądź dla dziecka skarbnicą wiedzy.
- Kiedy dziecko postępuje według starych nawyków, wyraża swoje oczekiwania lub uczucia.

Kilka słów o dzieciach trudnych

Nie ma dzieci złych! Trudno kochać dziecko, które rani, jest agresywne, używa wulgarnych słów, ale za tym całym złem, które tkwi w dziecku, kryje się osobista tragedia, bezradność, strach, do którego dziecko nie chce się przyznać, którego się wstydzi. Stąd zazdrość, agresja, nałogi, złe towarzystwo, w którym dziecko szuka akceptacji. Takiemu dziecku należy pomóc. Trzeba wnikliwie szukać przyczyn nieprawidłowego zachowania, bo jak powiedział Platon: "nikt nie jest zły dobrowolnie". A chińskie przysłowie mówi: "miej oczy szeroko otwarte, a uszy otwieraj powoli". Zanim cokolwiek powiesz do trudnego, zbuntowanego dziecka, dobrze się zastanów, dlaczego ono tak postąpiło. Niewłaściwy czyn powinien być przedmiotem głębokiej refleksji prowadzonej w atmosferze zrozumienia i życzliwości dla młodego człowieka. Dziecko musi czuć, że nie akceptujemy jego zachowania, a nie jego osoby. Jeżeli stosujemy kary, których mimo wszystko nie da się całkowicie uniknąć, przemyślmy rodzaj kary i wytłumaczymy, dlaczego ją stosujemy. Kochamy nasze dziecko i chcemy dla niego jak najlepiej - stąd kara. Janusz Korczak napisał: "Są różne straszne rzeczy na świecie, ale najstraszniejsze, gdy dziecko boi się ojca, matki, wychowawcy. Boi się zamiast kochać. Zamiast szanować".

Wychowanie jest zadaniem delikatnym, ponieważ wymaga równocześnie miłości i dystansu, łagodności i stanowczości, cierpliwości i zdecydowania. Te cechy wymagają od rodzica, wychowawcy nie tylko serca, lecz zdrowego rozsądku, trzeźwości i równowagi. Nie stosujmy kar pod wpływem emocji. Dzieci trudne to dzieci o obniżonym poczuciu własnej wartości, dlatego należy podejmować takie działania, aby podnosić wartość i wiarę dziecka w siebie. Dane statystyczne świadczą o tym, że częste stosowanie wobec dziecka kar niepedagogicznych: zawstydzanie, pogróżki, oziębłość, wyśmiewanie, poniżanie, ciągłe wytykanie błędów, zbyt silne kary fizyczne przyczyniają się do rozerwania więzi rodzinnych, braku kontaktu z dzieckiem, wywołują żal do rodziców, wzbudzają gniew w dziecku, nienawiść, chęć zemsty, depresję, upór, wstyd, rozpacz lub poczucie małej wartości. Kary mają zawsze małą skuteczność. Dziecko świadomie unika kar, dlatego kłamie, oszukuje, ukrywa się, ucieka z domu, zrzuca winę na kogoś innego. Ostre kary prowadzą do utrwalania i przekazywania wzorów agresywnego zachowania. Dziecko bite przez rodziców będzie biło słabszych, dziecko, wobec którego dorośli używali wulgaryzmów, będzie źle odnosiło się do innych itp.■

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