



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 11, numer 3/44

Data wydania: luty 2021 r.

W tym numerze:

Dzieci potrzebują relacji z człowiekiem, a nie z tabletem. (str. 1-3); Dlaczego warto pisać ręcznie? (str. 4); Wychowanie w rodzinie 2+3+ (str. 5-6); Jak ukazać córce piękno kobiecości(str. 7-8).

Dzieci potrzebują relacji z człowiekiem, a nie z tabletem

P. Tomasik
psycholog
źródło: zdrowie.pap.pl

Interakcja z opiekunem wspomaga rozwój dziecka lepiej niż najbardziej wymyślne zabawki edukacyjne, którymi maluch bawi się sam - przekonuje dr hab. Przemysław Tomalski, kierownik Babylabu Uniwersytetu Warszawskiego.



źródło: pixabay.com

Czego mały człowiek uczy się w pierwszym roku życia?

Przede wszystkim zbierania informacji o ludziach, składania ich w całość. Dzieci w wieku 3-4 miesięcy uczą się koncentrować uwagę na różnych osobach dookoła. A jednocześnie bardzo wiele dowiadują się o świecie fizycznym na podstawie tego, w jaki sposób ludzie dookoła manipulują przedmiotami.

Nabywają wiedzę operacyjną?

Tak. Są takie koncepcje, które mówią, że jesteśmy super w myśleniu abstrakcyjnym, językowym, matema-

tycznym, bo interakcje społeczne z ludźmi wymagają bardzo dużych zasobów poznawczych i mózgowych, żebyśmy w czasie rzeczywistym mogli reagować na ich zachowania. Małe dzieci, niemowlaki muszą nauczyć się sobie radzić w czasie rzeczywistym w tych interakcjach. Dlatego rozwijają różne skomplikowane umiejętności, np. uwagę. Dzieci, które mają problemy z szybkim przenoszeniem uwagi z jednego obiektu na drugi, mają też problemy w kontaktach społecznych i unikają kontaktu wzrokowego.

Takie półroczne dziecko, nic nie mówi, ale tak naprawdę wie całkiem sporo. Na przykład, że jest oszukiwane, bo w okienku były dwie kaczuszki, a teraz jest jedna.

Nie ma takiego drugiego okresu w naszym życiu, kiedy wiedza przyrasta równie szybko. Temu przyrostowi towarzyszą dramatyczne zmiany w działaniu mózgu. Dlatego okres pierwszych miesięcy życia jest kluczowy dla bardzo wielu umiejętności. Bo albo daje nam dobry, szybki start, albo rozwijamy pewne umiejętności z opóźnieniem, w związku z tym wszystkie kolejne umiejętności, które się na to nadbudowują, będziemy rozwijać później. Dobrym tego przykładem jest rozwój językowy, w którym mamy podstawowe cegiełki: dźwięki mowy czy umiejętność cięcia mowy na słowa, wyrazy. Dzieci, które mają trudności z rozróżnieniem dźwięków mowy w pierwszym roku życia, w kolejnych latach życia wolniej się uczą słów. Potem mogą mieć bardziej skomplikowane opóźnienia językowe, które utrudnią funkcjonowanie w przedszkolu, wpłyną na ich gorszy rozwój emocjo-

(Ciąg dalszy na stronie 2)

nalny, bo nie będą umiały się wysłowić. W wieku przedszkolnym jest to częsty problem.

W szkole podstawowej nie będą sobie radzić z rozumieniem liter, rozróżnianiem znaków graficznych powiązanych z dźwiękami, a to przełoży się na opóźnienia w nauce pisania i czytania.

Czego jeszcze się uczą niemowlęta?

W połowie pierwszego roku życia niemowlęta dużo już wiedzą o przedmiotach fizycznych. Wiedzą, że jeden przedmiot nie może się znajdować w dwóch miejscach jednocześnie, że nie może zniknąć w sposób niewyjaśniony i jeśli jego lokalizacja się zmienia, istnieją bardzo jasne reguły, które to określają. Na przykład to, że ktoś musi nadać mu ruch albo, że coś go zasłoniło. Będą zadziwione, jeśli przedmioty rozpadną się na kawałeczki w sposób nieoczekiwany. To wszystko wiemy z badań, które mierzą ich uwagę wzrokową, zadziwienie. Jeśli dajemy im sytuację, która jest nudna i przewidywalna, a potem sytuację zaskakującą, to na tą drugą patrzą o wiele dłużej.

W pierwszym roku życia uczą się też dużo o sobie. Muszą się dowiedzieć kim są, i że ta pani obok, mama, która się do nich uśmiecha i coś mówi, jest inną osobą niż one same. Bardzo szybko uczą się jakie

wrażenia dotykowe są ich własne, bo na przykład same siebie dotykają, a które pochodzą od innych osób. Są więc w stanie określić granice swojego ciała. I szybko uczą się tego, że są obiektem czyjejś uwag.

Są też w stanie tą uwagę ściągnąć?

Jedna z moich koleżanek twierdzi, że rodzice są „na pilota”. To znaczy komunikacja językowa rozwija się głównie dzięki temu, że niemowlęta odkrywają, że jak naciskają odpowiednie guziki (odpowiednio się zachowują), pojawiają się stosowne reakcje.

Z tego co Pan mówi wynika, że od pierwszych miesięcy życia dziecko uczy się manipulowania światem dorosłych tak, by dostać to, co sobie wymyśliło?

Ale czy nie na tym polega komunikacja w ogóle? Czy nie po to mamy język by albo umówić się, że robimy coś wspólnie, albo powiedzieć czego potrzebujemy? Historia rozwoju malucha jest taka, że mamy wiele różnych umiejętności, częściowo ze sobą niepołączonych, które integrujemy, by móc robić coraz bardziej zaawansowane rzeczy we współpracy z innymi ludźmi.

Czy rodzice są w stanie stymulować rozwój dziecka?

Różne dzieci mają różne potrzeby. Najważniejsza jest umiejętność dostosowywania swoich zachowań do osób, z którymi jesteśmy w interakcji.

Dostrajania się do partnera interakcji

Rodzice powinni być wrażliwi na sygnały dziecka, zastanawiać się co one oznaczają i starać się nie zapominać, że mają do czynienia z czującą, myślącą istotą, która sporo wie i umie. I tylko ma ograniczone umiejętności ruchowe i nie jest w stanie powiedzieć różnych rzeczy. Rodzice powinni również pamiętać, że jak się bawimy i zajmujemy naszym maluchem, to go w swojej głowie wyposażamy w cele, działania, chęci. I to też bardzo poprawia jakość naszej opieki.

Wracając do pani pytania po tym długim wstępie. Nie możemy w punktach powiedzieć rodzicom, co dokładnie robić żeby zapewnić najlepsze warunki rozwoju, ale możemy powiedzieć, że najważniejsze dla dziecka są fajne interakcje, w których jest dużo kontaktu wzrokowego, zabawy twarzą w twarz. Nasze badania wykazują, że wspierają one rozwój różnych umiejętności uwagowych.

Co jeszcze?

Trzeba być uważnym na sygnały malucha i reagować na nie. Nie

pozostawiać dziecka, które nam coś komunikuje albo sygnalizuje, samego, np. w sytuacjach długiego płaczu, rozpaczy. Trzeba pamiętać, że przywiązuje się ono do opiekunów i ich dłuższa nieobecność jest trudna do zniesienia. Jak również, iż radosna zabawa z opiekunami to najlepsze środowisko rozwoju dziecka.

Większość tego, czego się uczymy, uczymy się w trakcie interakcji, zabawy, więc oczekiwanie, że posadzę malucha na 10 godzin przed telewizorem i zrobię z niego geniusza jest nierealistyczne. Zabawki edukacyjne działają najskuteczniej, jeśli są wykorzystywane w zabawie z rodzicem czy opiekunem. One człowieka nie zastąpią. Dzieci nie potrzebują super zabawek tylko zwykłego misia, ważne, żeby ten miś znajdował się w rękach taty czy mamy.

Ostatnio jedna z celebrytek chwaliła się, że uczy swojego malucha mandaryńskiego. Czy 4-miesięczne dziecko powinno chodzić na chiński z mamusią?

Istnieje jeden powód, dla którego to nie jest całkiem bez sensu. Umiejętności językowe, ale i też bardziej ogólnie - percepcyjne dziecka dostrajają się do tego z czym ma ono do czynienia na co dzień. W świetle jednej z teo-



źródło: pixabay.com

rii, niemowlęta przed 12 miesiącem życia to uniwersalni lingwiści, którzy rozpoznają i rozróżniają dźwięki mowy z dowolnego języka świata. Kiedy kończą rok zdolności te bardzo się ograniczają i dostrajają tylko do tych języków czy języka, z którym maluch ma do czynienia na co dzień.

Jeśli więc zapewnimy dziecku bogatsze środowisko dźwięków mowy przed i po 12 miesiącu życia jego umiejętności językowe będą większe. Oczywiście, nie znaczy to, że dzięki zajęciom z chińskiego półroczne niemowlę, zaraz będzie mówiło w tym języku i na dodatek stanie się biegłe w kaligrafii. Ale jeśli chcemy żeby zatrzymało umiejętność słyszenia i rozróżniania pewnych dźwięków mowy, których nie ma w polskim, a są w chińskim, to tak.

Słyszałam, że do małego dziecka należy ciągle mówić?

To, co jest jeszcze ważne w rozwoju malucha, to bogate środowisko językowe. Takie, w którym dziecko ma do czynienia z wieloma osobami mówiącymi złożonym językiem. Zróżnicowane wypowiedzi, pełne długie zdania. Mamy badania to pokazujące, że takie bogate środowisko językowe jest korzystne dla dalszego rozwoju intelektualnego i językowego dziecka.

A co z innymi sposobami na przyspieszenie rozwoju dziecka, na przykład słuchaniem muzyki klasycznej? Część rodziców wierzy, że istnieje tzw. efekt Mozarta, wzrost inteligencji ogólnej dzięki słuchaniu muzyki klasycznej przez dziecko.

Warto się zastanowić, czy to wzbogaca wczesne środowisko rozwojowe dziecka. Muzyka klasyczna, zwłaszcza tak genialnych kompozytorów jak Mozart, jest po prostu ciekawa do słuchania. Ładna. Niemowlęta od pierwszych miesięcy życia są wyczulone na estetykę. Na przykład preferują symetryczne, czyli ładne twarze. Wolą bardziej harmonijne zestawienia kolorów. Są też bardziej wyczulone na zharmonizowane dźwięki. Stąd muzyka klasyczna może im dostarczać fajnego, wzbogacającego środowiska życia.

Ale nie mamy dowodów na to, że pozostawianie dziecka sam na sam z płytą w odtwarzaczu na godzinę dziennie będzie miało dobroczynny wpływ na jego intelekt.

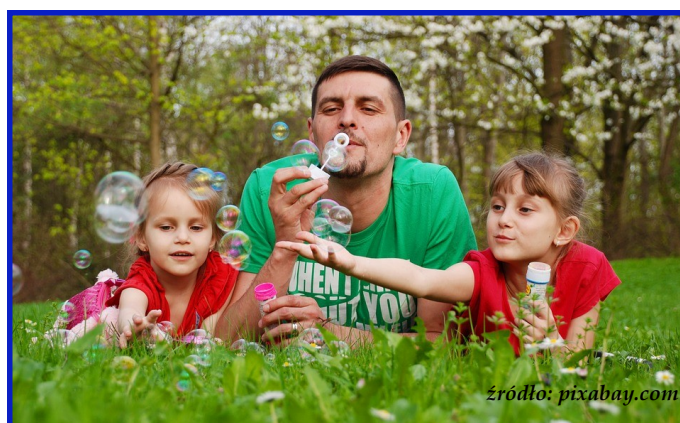
W Internecie jest wiele filmików pokazujących małe dzieci, wręcz niemowlęta grzebiące w tabletach. Co Pan na ten temat sądzi?

Tablet sam w sobie jest urządzeniem, które oferuje dużo różnych możliwości, również dla dzieci. Jednak fakt, że używają go same, co zastępuje im zabawę i kontakt z opiekunem, nie jest dla nich najlepszy. Niech używają go z rodzicem, pod jego kontrolą i w czasie dostosowanym do wieku, np. dla 3-latk jest to maksymalnie 15 minut dziennie. Dziecko ma wtedy szansę powiedzieć co robi, porozmawiać o tym w co gra i co ogląda. Wtedy to jest świetne narzędzie edukacyjne. Natomiast, jeśli maluch patrzy w tablet, ogląda jakieś bajki i gra w gry,

jego uwaga jest bardzo zaangażowana, ale w żaden sposób nie wspiera to rozwoju umiejętności kierowania uwagą. Rodzice powinni być ostrożni z ilością bodźców, które docierają do dziecka. W ostatnich latach sporo badań na temat tabletów, smartfonów i telewizji. Dłuższy czas ekranowy, gdy dziecko jest samo bez opieki może sprawiać, że gorzej się rozwija językowo, uwagowo i emocjonalnie. Amerykańska Akademia Pediatrii wydała zalecenie żeby dzieci poniżej dwóch lat w ogóle nie miały kontaktu z tabletami czy komórkami, ponieważ korzyści z używania aplikacji edukacyjnych w tym wieku są znikome. Ponadto, umiejętności uwagowe i emocjonalne tak małych dzieci są niewystarczające, aby poradzić sobie w sytuacji samodzielnej interakcji z tabletem, dlatego najbardziej wartościowa dla nich jest swobodna zabawa dostosowanymi do wieku zabawkami w towarzystwie opiekuna.

Rozmawiała: A. Piotrowska

Dr Przemysław Tomalski, psycholog Przemysław Tomalski jest kierownikiem Pracowni Neurokognitywistyki Rozwojowej oraz Babylabu UW, pracownikiem Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego. Jego zainteresowania badawcze obejmują neurokognitywistykę rozwojową – czyli dziedzinę, która opisuje związki pomiędzy rozwojem psychicznym a rozwojem mózgu. Szczególnie interesuje go, w jaki sposób wczesne doświadczenia i środowisko, w którym rozwijają się niemowlęta wpływają na ich sposób radzenia sobie z wyzwaniami, a także na uczenie się i organizowanie swoich działań. ■



źródło: pixabay.com

Dlaczego warto pisać ręcznie?

Artykuł ukazał się w hiszpańskiej edycji portalu Aleteia
źródło: edukacjamedialna.pl

W świecie, w którym klawiatura zdominowała nasze codzienne zajęcia, ważna sztuka ręcznego pisania odchodzi w coraz to odleglejsze zapomnienie. Komputery, tablety, smartfony spychają w niepamięć papier i ołówek, a przecież pisanie ręką oferuje nam – szczególnie naszemu mózgowi – mnóstwo korzyści.

Badania prowadzone na Uniwersytecie w Stavanger (Norwegia) i na Uniwersytecie Śródziemnomorskim w Marsylii (Francja) przeanalizowały i porównały reakcje, jakie zachodzą w mózgu, gdy piszemy dwoma rękoma na klawiaturze i gdy używamy tylko jednej ręki, aby pisać na papierze.

Naukowcy z obu uniwersytetów doszli do wniosku, że kiedy piszemy ręcznie uruchamiamy w mózgu jednocześnie trzy procesy: rejony odpowiedzialne za wzrok, gdyż obserwujemy to, co znajduje się na papierze przed naszymi oczyma; rejony odpowiadające za funkcje sensomotoryczne, gdyż przykładamy ołówek lub długopis do papieru i prowadzimy go w taki sposób, aby nakreślić odpowiednie litery; zdolności kognitywne ponieważ przypominanie sobie formy każdej z osobna litery wymaga od mózgu odmiennej odpowiedzi.

Pisanie odręczne to więc czysta korzyść! Dlatego, że:

1. Wspomaga zapamiętywanie treści w celu ich lepszego przyswojenia i przeformułowania.
2. Wspiera kreatywność: generowanie nowych pomysłów i ich koordynowanie z emocjami w celu ich uaktywniania i „transkrypcji” wymaga procesu, który zwiększa nasze zdolności twórcze.
3. Jest sojusznikiem ortografii, gdyż łatwiej popełniamy błędy,



źródło: pixabay.com

a dzięki temu musimy nauczyć się je poprawiać.

4. Pomaga nam w zachowaniu wewnętrznej równowagi, gdyż pozwala na wyrażenie emocji i idei, które dzięki czynności pisania nabierają cech „fizyczności”. Gdy czytamy to, co napisaliśmy, możemy przeprowadzić coś w rodzaju autokrytyki, obserwując siebie z perspektywy odmiennej niż ta, którą stosujemy zazwyczaj. To jakby patrzeć na siebie z zewnątrz.
5. Optymalizuje wydajność uczenia się, ponieważ ciało i umysł wypracowują mentalne pojęcia ułatwiające rozumienie.
6. Wspomaga stymulowanie kognitywnych umiejętności mózgu. Kiedy piszemy zmuszamy mózg do zredukowania prędkości jego funkcji, tak aby dzięki temu ręka mogła fizycznie zapisać na papierze daną myśl. Mózg uruchamia funkcje związane z przeglądaniem i organizacją myśli.

Pomaga w spokojny sposób przeżywać własne emocje. Często służy jako „uspokajacz”, gdy niepokoją nas ambiwalentne, nieuporządkowane uczucia; pomaga rozładować gniew, rozdrażnienie i inne trudne dla nas stany.

Dlatego warto w szkołach dbać o to, by uczniowie uczyli się ręcznego pisania i kaligrafii, aby stymulować w naszych dzieciach rozwój wspomnianych powyżej umiejętności. ■



źródło: pixabay.com

Wychowanie w rodzinie 2+3+

B. Białecka

psycholog

źródło: bognabialecka.pl

Czy bycie najstarszym, najmłodszym lub środkowym dzieckiem ma wpływ na osobowość? Co za tym idzie – czy w wychowaniu powinniśmy brać pod uwagę kolejność urodzenia się naszych dzieci?

Na rynku dostępnych jest sporo popularnonaukowych książek dotyczących wpływu kolejności urodzin na osobowość dzieci, jednak solidnych naukowych opracowań tematu jest niewiele. Najbardziej godna zaufania wydaje się analiza zbiorcza badań dokonana przez psychologa ewolucyjnego Franka Sullowaya w 2001 roku.



źródło: tamże

Poszukiwanie własnej niszy.

Sulloway zwraca uwagę, że osoby wychowane przez tych samych rodziców, w tym samym domu, mogą mieć zupełnie inne wspomnienia z dzieciństwa i odmienną ocenę na przykład relacji w rodzinie. Dlaczego tak się dzieje? Dzieci mają różną wrażliwość, różne temperamenty, różne uzdolnienia. Jednocześnie poszukują swojej unikalnej tożsamości, dlatego starają się wytworzyć w domu własne tzw. nisze. To określenie wzięte z ekologii. O niszy możemy mówić, gdy na tym samym terenie, w tym samym środowisku żyją różne zwierzęta. Możliwość pokojowego dzielenia tego samego środowiska zawdzięczają temu, że nie tyle ze sobą konkurują, co korzystają z różnych zasobów. Dobry przykład to gnu i zebra, które żyją na tych samych terenach, ale nie są dla siebie konkurencją, ponieważ jedzą różne rodzaje traw i roślin.

To samo możemy zaobserwować w rodzinach wielodzietnych. Widać na przykład ogromne zróżnicowanie talentów i zainteresowań. Jedno dziecko jest harcerzem, drugie interesuje się sportem, trzecie muzyką, czwarte malarstwem... Przejawia się to też na bardziej podstawowych wymiarach – jedno dziecko woli przysznic, drugie kąpiel, jedno nie cierpi rodzynek, drugie unika masy, trzecie nie cierpi frytek, czwarte odmawia jedzenia kabaczka...

Niektóre rodziny są otwarte na tworzenie przez dzieci niszy. Rodzeństwo tak wychowane zwykle jest zróżnicowane osobowościowo, jednak silnie ze sobą emocjonalnie związane w dorosłości. Czasem jednak rodzice wykorzystują tę potrzebę raczej do manipulowania dziećmi,

dyscyplinowania przez porównania, wygrywania jednego dziecka przeciw drugiemu. W momencie, gdy brakuje pozwoleń na tworzenie nisz, dzieci silnie ze sobą konkurują, a w dorosłości mają ze sobą słaby kontakt.

To spontaniczne tworzenie własnej niszy jest dzieciom potrzebne właśnie do kreowania poczucia odrębności, unikalnej tożsamości. Akurat ta potrzeba nie jest związana z kolejnością urodzin, jednak występuje wyłącznie w rodzinach wielodzietnych.

Rada praktyczna dla rodziców to akceptować te różnice. Może się nam wydawać dziwaczne, że np. dzieci upierają się przy swoich nawykach jedzeniowych, jednak przy dobrej organizacji można przygotować obiad uwzględniając różnice gustów. Nie chodzi o gotowanie odrębnych obiadów, co pozwalanie na drobne „grymaszenia”. Jest to dość łagodny sposób tworzenia przez dzieci odrębnych nisz. Osobiście wolę pozwolić na wyrażanie różnic w preferencjach kulinarnych, niż gdyby dzieci miały szukać sposobów budowania swej unikalności przez podejmowanie zachowań ryzykownych, czy tzw. „podkładanie sobie świń”. Dobrze jest też zachęcać do rozwoju różnych talentów i zainteresowań. Dzięki temu dzieci nie czują się dla siebie konkurencją, a łatwiej im spostrzegać się jako unikalny element kochającej się rodziny. Owszem – tworzy to wyzwania organizacyjne dla rodziców, jednak warto w to inwestować.

Kolejność urodzin a osobowość i relacje rodzinne.

Sulloway zauważa, że przeprowadzono ponad dwa tysiące badań w tym zakresie. Wiele z nich jest jednak metodologicznie słaba. Mimo to można wyróżnić spostrzeżenia przewijające się przez większość badań.

(Ciąg dalszy na stronie 6)

Dziecko najstarsze z reguły jest najbardziej sumienne. Przejawia się to w większej niż u rodzeństwa ambicji, odpowiedzialności, organizacji i lepszych osiągnięciach akademickich. Pierworodni są otwarci na nowe doświadczenia w sensie intelektualnym, lubią poznawać nowe rzeczy, lubią wyzwania intelektualne. Odpowiedzialność przejawia się też w podejmowaniu roli zastępczego rodzica dla młodszego rodzeństwa, na przykład gdy rodzice wychodzą z domu. To z kolei przyczynia się do rozwijania zdolności przywódczych, cech asertywności i dominacji.

Z kolei młodsze dzieci są bardziej zgodne, bardziej sympatyczne. Przejawia się to większym altruizmem, zdolnością dostosowywania się do otoczenia, większą miękkością, elastycznością w kontaktach z innymi. Młodsze dzieci w porównaniu z najstarszym są bardziej otwarte na nowe towarzystwo, nowe rodzaje rozrywki, łatwiej nawiązują przyjaźnie. Ponieważ najstarsze podejmuje się roli osoby odpowiedzialnej, opiekuna, młodsze dzieci są z reguły bardziej bez troskie, mniej zorganizowane.

Badania nad dziećmi środkowymi pokazują, że czują się bardziej zdystansowane od reszty rodziny, ponieważ cokolwiek by rodzice nie zrobili, jakkolwiek by nie starali się okazywać tej samej miłości i przywiązania wszystkim swoim dzieciom, ono i tak postrzega się jako osobę nieco odstawioną na bok. To jest praktycznie problem nie do pokonania. Nawet gdyby środkowe dziecko dostawało całkowicie nowe wszystkie ubrania, zabawki, książki (bolączka dzieci młodszych – dziedziczenie po rodzeństwie), i tak pozostaje kwestia obiektywnych doświadczeń. To znaczy to, że najstarsze dziecko wszystko robi po raz pierwszy – pierwsze idzie do komunii, pierwsze kończy szkołę podstawową itp. A najmłodsze to samo robi po raz ostatni. I z jedną i z drugą sytuacją są związane specyficzne emocje.

Najlepszym rozwiązaniem takiej sytuacji jest pomoc dziecku środkowemu w stworzeniu specyficznej niszy, w której będzie jednocześnie pierwszym dzieckiem, które czegoś doświadcza. Na przykład pierworodny uczy się szermierki. Młodszy brat może być zafascynowany osiągnięciami starszego, jeśli jednak i jego wyślemy na szermierkę (co oczywiście wydaje nam się świetnym pomysłem, bo to organizacyjnie łatwe) zaczną ze sobą konkurować. Jeśli też się fascynuje sportem – wyślijmy go na piłkę nożną lub judo. A może ma inne talenty – i np. pójdzie do szkoły muzycznej? Wtedy będzie mieć unikalne doświadczenie pierwszego w rodzinie koncertu dyplomowego.

Problemy z dyscypliną

Najstarsze dzieci mogą mieć problem wskutek spostrzegania siebie

jako tych, które muszą zawsze być odpowiedzialne za rodzeństwo. Z tym problemem warto rozprawiać się na dwa sposoby – nadając najstarszemu dziecku specjalne przywileje związane z wiekiem i rozmawiając na ten temat. Jako rodzice możemy mu podpowiedzieć różne rozwiązania sytuacji konfliktowych, wyrażać zrozumienie i empatię, ale też przypominać o korzyściach jakie odnosi – rozwój asertywności, zdolności przywódczych itp.

Dzieci środkowe często się wycofują z konfliktów, czasem podejmując rolę mediatorów. Jednak nie zawsze to się musi dziać. Bunt dziecka środkowego, mającego problem ze znalezieniem własnej niszy jest trudnym doświadczeniem dla rodziców. Może się wydawać, że nic z metody dyscypliny stosowanych wobec dzieci starszych czy młodszych nie działa. Wtedy działać musimy na kilku płaszczyznach równocześnie. Pierwsza to właśnie pomoc w stworzeniu własnej niszy – na przykład zapoczątkowaniu kolekcji samochodzików, czy książeczek, które należą wyłącznie do środkowego dziecka. Drugie to staranne przygotowanie i egzekwowanie reguł domowych. Jeśli środkowy ma poczucie, że jest traktowany sprawiedliwie i konsekwentnie może być mu łatwiej się dostosować do sytuacji.

Najmłodsze dzieci z kolei są najbardziej „rozpuszczone”. Dlatego warto trzymać się mocno reguł i zasad domowych (starsze dzieci z chęcią pomogą w egzekwowaniu ich wobec młodszych) i pamiętać o sprawiedliwym przydziale obowiązków domowych najmłodszemu. Z drugiej strony – przy najmłodszych musimy szczególnie pamiętać o zauważaniu ich osiągnięć i docenianiu ich. Już tak przyzwyczailiśmy się do tego, że dzieci pewne rzeczy umieją, że to co u pierworodnego wzbudzało nasz zachwyt, u najmłodszego wydaje się zwyczajne.

Dla mnie osobiście, jako mamy wielodzietnej, koncepcja tworzenia dzieciom unikatowych nisz wydaje się w praktyce bardzo przydatna i szczerze ją polecam. ■



Jak ukazać córce piękno kobiecości?

B. Białecka

psycholog

źródło: bognabialecka.pl

Podział na dwie płcie w oczywisty sposób wpływa na całe nasze życie. Problem polega na tym, jak ukazać te różnice w sposób nie wartościujący? Jak uniknąć skrajności przekazu, że bycie dziewczynką jest gorsze, lub w wersji feministycznej – lepsze od bycia chłopcem?

Miałam niedawno okazję posłuchania dr Janelle Hallman. Jest ona terapeutką zajmującą się problemami kobiet w zakresie płciowości. Mówiła między innymi o poczuciu kobiecości. Okazuje się, że część kobiet, w tym nastolatek, doświadcza kobiecości jako ciężaru. Uważają, że płeć żeńska to płeć drugiej kategorii, źle się ze swą kobiecością czują. Wpływa na to wiele różnych czynników, ale są rzeczy, które możemy zrobić dla naszych córek jako rodzice, by przyjęły dar bycia kobietą jako błogosławieństwo, nie przeszkodę.

Modelowanie

Zanim się zastanowimy nad sposobem rozmowy z córką o różnych elementach bycia kobietą, warto pomyśleć, jak my, jako mamy czujemy się ze swoją kobiecością?

Z rzeczy na pozór powierzchownych: jak mój stosunek do kobiecości ujawnia się w moim wyglądzie? Widzimy czasem panie sprawiające wrażenie osób nieokreślonej płci: krótka, męska fryzura, spodnie i koszule typu bardziej męskiego niż kobiecego, czy też panie ubrane w bardzo luźne bluzki, swetry, spódnice starannie maskujące kobiece kształty. Oba style ubioru niosą przekaz: nie lubię być kobietą, to coś gorszego, co należy ukrywać. Z kolei druga skrajność to ubranie nadmiernie eksponujące walory seksualne – przepastne dekolty, mini spódniczki czy generalnie obcisłe ubrania, nie pozostawiające wiele wyobraźni. Akompaniuje temu zwykle gruba warstwa kosmetyków, ukrywających naturalną urodę, a upodabniająca daną panią do którejś z celebrytek.

Złotym środkiem w ubiorze jest ubieranie się po kobiecemu (tu polecam szczególnie sukienki i spódniczki), z ewentualnym delikatnym makijażem. Ubierajmy się i malujmy tak, by podkreślić nasze unikalne piękno, kobiecość. Ani babochłop, ani pani negocjowalnego afek-

tu – dama. Nasze córki patrzą na nas.

Stosunek do kobiecości wyraża się też w słowach, przekonaniach mam. Jeżeli mówimy z niechęcią o fakcie bycia kobietą, dzieci te przekonania podchwytują. Spotkałam kobiety bardzo narzekające na cykl miesięczkowy. Opowiadają o tym, jako o elemencie życia, który by najchętniej wyeliminowały. A przecież to właśnie on umożliwia nam jedno z najwspanialszych doświadczeń życiowych – bycie matką. Jest naturalnym elementem życia, który zwyczajnie należy brać pod uwagę w planach, tak jak

na przykład sen. Nie spotkałam ani jednej osoby, która by narzekała, że jej życie jest gorsze, bo musi codziennie iść spać i krzyżuje jej to plany. A zatem ważne jest jak mówimy o swoim doświadczeniu kobiecości przy dzieciach, czy do nich.

Często związane jest to ze sposobem przeżywania macierzyństwa. Zdaję sobie sprawę, że macierzyństwo

może być trudne ze względu na czynniki od nas niezależne. Wdowa, samotna matka, kobieta nie mająca wsparcia w prawdziwie dojrzałym mężu, czy zwyczajnie kobieta, która musi ciężko pracować zawodowo, by rodzina przeżyła, będą doświadczać macierzyństwa jako rzeczy trudnej. Problem z małymi dziećmi polega na tym, że spostrzegają trudy mamy jako swoją winę: „gdybym się nie urodziła, mama byłaby bardziej szczęśliwa”. Dlatego, szczególnie jeśli mama znajduje się w trudnej sytuacji bardzo ważne jest mówienie dziecku, że jest wspaniałym Bożym darem dla nas. Tak, by (a przecież mamy na to nadzieję), zakładając w bardziej sprzyjających okolicznościach własną rodzinę nasze dzieci cieszyły się w pełni z daru rodzicielstwa.

Ważne momenty życia

Na początku życia dla dziewczynki najważniejsze jest poczucie więzi z mamą. Nie tylko doświadczenie słów miłości, ale także przytulania, czułości. W okresie tym bardzo polecam do stosowania w praktyce koncepcję rodzicielstwa bliskości, której ogromnym atutem jest

(Ciąg dalszy na stronie 8)



źródło: tamże

na przykład noszenie niemowlęcia w chuście. Dla niemowląt przywiązanie do głównego opiekuna jest najlepszym prognostykiem zdrowia psychicznego i poprawnego rozwoju w dalszym życiu.

Okolo drugiego, trzeciego roku życia dzieci zauważają podział na dwie płcie i zaczynają zbierać obserwacje co do roli społecznej i zachowań – co to znaczy być dziewczynką, chłopcem. To jest okres, gdzie zarówno mama, tata jak i inne osoby dorosłe obecne na co dzień w życiu dziecka odgrywają dużą rolę. W okresie 3-6 roku życia pojawia się zabawa w grupach jednopłciowych. To właśnie pomaga dziecku w wypracowaniu poczucia własnej tożsamości płciowej. Jest to ważny i naturalny etap rozwojowy. Pokazujemy zatem dzieciom różnice w ubiorze, zachowaniach itp. ale bez wartościowania. „Jesteś dziewczynką, więc nie możesz grać w piłkę” – to bardzo zły przekaz, sugerujący, że kobiecość to coś gorszego. „Chłopcy chcą sami grać, pozwólmy im. Chodź, pogramy w piłkę z Anielką, Zosią i Joasią.” to rozwiązanie nie wartościujące.

Kolejny bardzo istotny moment rozwojowy następuje gdy młoda nastolatka staje się kobietą w sensie fizjologicznym – zmian w budowie ciała i rozpoczęciu cyklu miesięczkowego. Wielu psychologów mówi o problemie jaki się wiąże z praktycznym zniknięciem rytuałów inicjacyjnych z naszej kultury. Miały one bardzo ważną rolę – pomocy w przejściu tych kluczowych momentów.

Michael Gurian w książce „Wspaniały świat dziewcząt” przytacza wypowiedź pewnej kobiety: „Moja siostrzenica, siostra i ja poszliśmy wieczorem na plażę (...) Wzniosłyśmy toast na cześć mojej siostrzenicy i mówiłyśmy o tym, jak wspaniałą kobietą się ona stanie (...) dałyśmy jej trzynaście prezentów, z których każdy coś symbolizował. Był więc globus, bo będzie badała świat; książka o silnej kobiecie; zegar, bowiem ma mądrze rządzić swoim czasem, i tak dalej.” W USA staje się popularne przywracanie takich rytuałów przejścia, mam poczucie, że warto rzeczywiście to wprowadzać. O wadze pozytywnej inicjacji dużo pisze dr Szymon Grzelak w książce „Dziki ojciec”, jednak ujmując sprawę z męskiego punktu widzenia, nie mówi o rytuale przejścia w kobiecość. To jest zdecydowanie zadanie mamy i innych mądrych kobiet z rodziny.

Jeśli chodzi o okres późno-nastoletni i wczesną dorosłość, Michael Gurian postuluje, by zapewnić córce kontakt z mądrą kobietą, mentorką, która może jej doradzać w tym trudnym okresie. Niekoniecznie będzie to mama. Powinna to być osoba, która nie jest przyjaciółką, lecz kobietą mającą autorytet w oczach dziewczyny, jednak pełną ciepła, empatii, a przede wszystkim – mądrą. Mądra mentorka pomaga rodzicom w przekazaniu podstawowych, ważnych w tym okresie życia nauk, a czego

podstawowa mówi, że nie warto rozmieniać się na drobne, a zatem warto czekać z seksem do momentu, gdy kochany mężczyzna przysięga przed Bogiem i bliźnimi miłość, wierność i uczciwość małżeńską. Rolę takiej mentorki może spełniać ciocia, czasem wychowawczyni, albo siostra zakonna pracująca z młodzieżą. Spotkałam wiele niezwykle mądrych siostr, które łączyły wykształcenie kierunkowe (np. psychologia, medycyna) z ogromnym ciepłem, doświadczeniem i oczywiście miłością do Boga, co jest dodatkowym atutem.

Rola taty

Do tej pory pisałam zasadniczo o roli mamy. Trzeba pamiętać, że wszystko to odnosi się też do ojca. Sposób w jaki ojciec odnosi się do matki – czy ją kocha, szanuje, chwali, otacza miłością – pokazuje dzieciom wartość kobiecości. Zadaniem ojca jest także dostrzegać i chwalić swą córkę.

Okazuje się też, że w okresie dorastania postawa ojca ma największy wpływ na to, czy córka będzie się szanowała, czy w poszukiwaniu potwierdzenia wartości swej kobiecości rozpocznie oferować swe ciało kolegom. Badania naukowe pokazały, że dziewczyny, których ojcowie w ogóle nie rozmawiają na temat seksu i relacji damsko-męskich są najbardziej rozwiązłe seksualnie. W tych rodzinach, w których ojcowie rozmawiają z córkami o tym, w jaki sposób dorastający chłopcy i młodzi mężczyźni spostrzegają seks, jak różni się to od perspektywy kobiecej, dziewczęta są o wiele bardziej powściągliwe jeśli chodzi o angażowanie się w kontakty seksualne.

Jeśli chcecie, by wasze córki szanowały się, ojciec musi rozmawiać z córką o seksie. Tata może wytłumaczyć córce, dlaczego warto poczekać z seksem do ślubu. To właśnie ojciec może najlepiej wyjaśnić, dlaczego nie warto ofiarować swojego ciała i serca chłopcu, dla którego dziewczyna jest tylko kolejnym gadżetem w kolekcji fajnych zabawek. A zatem to ojciec przekazuje córce (a dla synów jest modelem) postawę szacunku wobec kobiet, pokazuje, że jej wartość nie jest związana z dostępnością seksualną (co sugeruje współczesny świat). Uświadamia jej też, że nastoletni chłopcy inaczej patrzą na kobiecość niż dojrzały, odpowiedzialni mężczyźni, co pomaga w uchronieniu jej od wielu rozczarowań.

Zdaję sobie sprawę, że w naszych czasach jest to zadanie trudne. Z jednej strony seksualizacja dziewcząt, z drugiej zacieranie różnic między płciami powoduje, że potrzebujemy wskazówek, jak wychować dzieci ku pełni zdrowej kobiecości czy męskości. Ufam, że trochę takich pomysłów udało mi się przekazać. ■

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