

NAKARM, NAUCZ I PUŚĆ WOLNO

Jak wychować
dzieci na
szczęśliwych
dorosłych

Izabela Antosiewicz

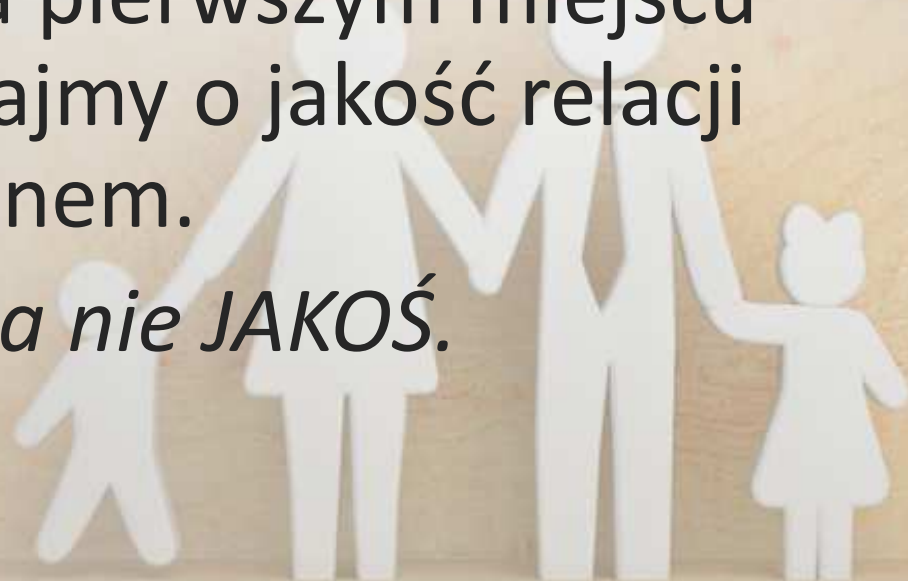




„Im więcej zaufania, tym szybszy rozwój. Jeśli chcesz, by twoje dziecko dojrzało do odpowiedzialności, zaufaj jako pierwszy.”

W relacjach z dzieckiem na pierwszym miejscu powinna być miłość. Zadbajmy o jakość relacji z córką, z synem.

To ma być JAKOŚĆ a nie JAKOŚ.





Dzięki miłości w relacji rodzic –
dziecko rozwija się wrażliwość,
empatia i wzajemna troska.





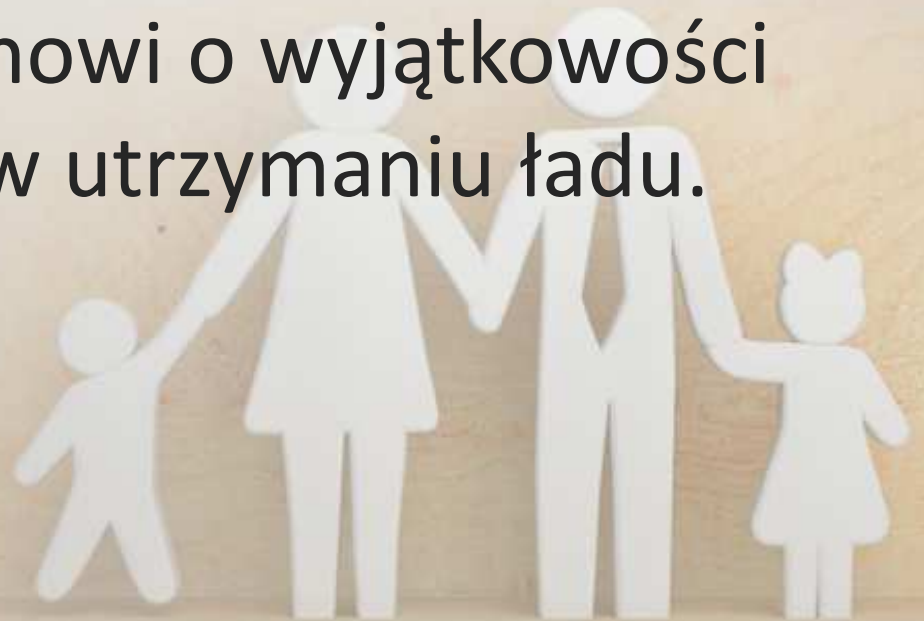
„Najważniejszym przejawem obecności zasad jest ich szanowanie i przestrzeganie przez wszystkich. Nie można wymagać od dzieci punktualności, jeśli mama się spóźnia. Dzieci mają sprzątać ze stołu, a rodzic nie. Tata jest zbyt kategoryczny, a mama zbyt pobłażliwa wobec ustalonych zasad. Spójność wizerunku rodziców to jedno z podstawowych założeń, które pomagają utrzymać kulturę rodzinną. Rodzice mają być jednością zbudowaną na tych samych wartościach. Koniec, kropka.”



Potrzebujemy granic



Granice dają nam poczucie bezpieczeństwa, choć czasami budzą opór. Nasze wewnętrzne przepisy domowe również pełnią taką funkcję. Stają się rutyną, która stanowi o wyjątkowości każdej rodziny i pomaga w utrzymaniu ładu.

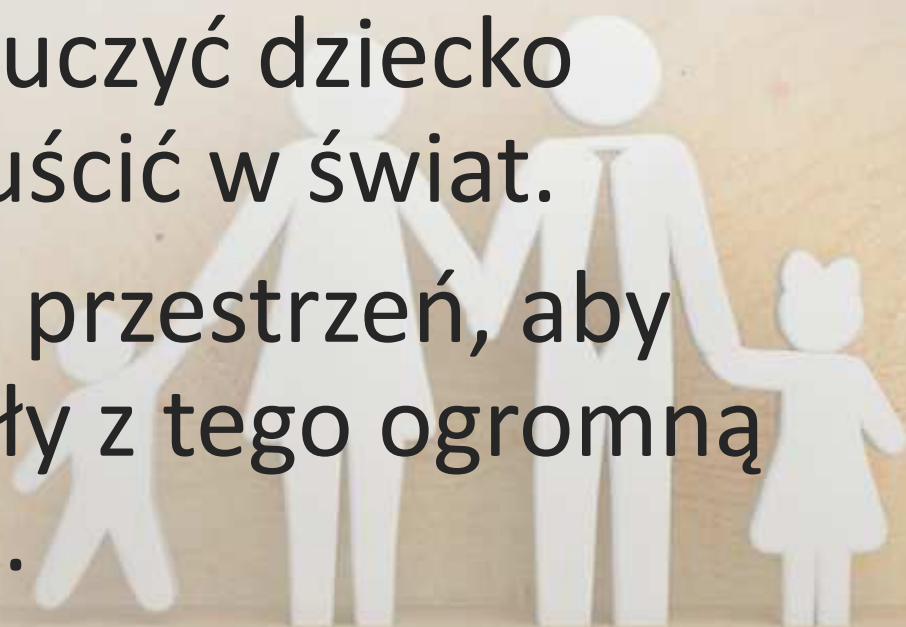




*„Dziecko jest gościem w twoim domu.
Nakarm, naucz i puść wolno.”*

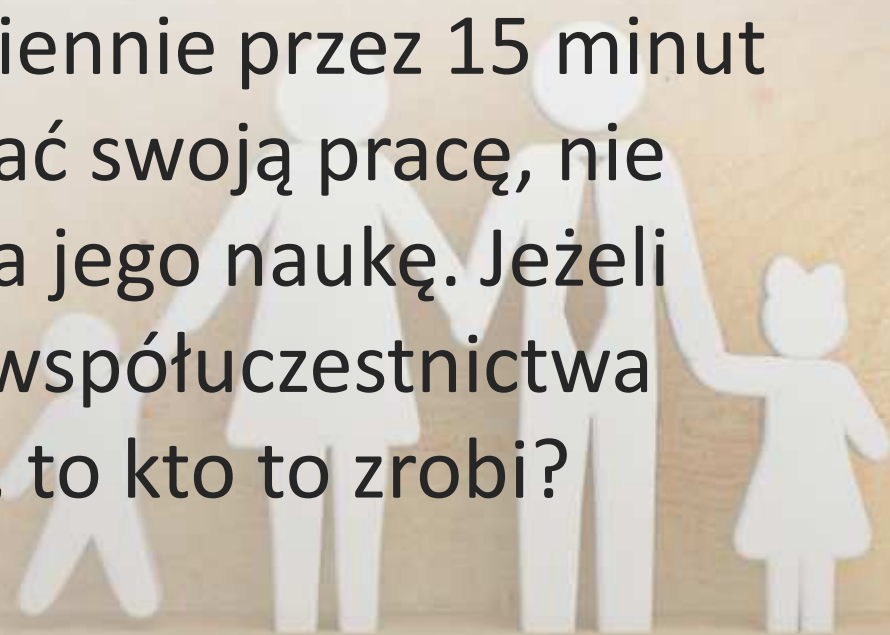
Rolą rodzica jest nauczyć dziecko
samodzielności i puścić w świat.

Rodzicu, daj dzieciom przestrzeń, aby
uwierzyły w siebie i miały z tego ogromną
radość.





- Problem z konsekwencjami leży po obu stronach , a dokładnie na granicy rodzic-dziecko.
 - Każde dziecko powinno mieć swoje obowiązki i rodzic powinien ich konsekwentnie wymagać.
- Nic się nie stanie jeżeli codziennie przez 15 minut dziecko będzie wykonywać swoją pracę, nie wpłynie to negatywnie na jego naukę. Jeżeli rodzic nie nauczy dzieci współuczestnictwa w prowadzeniu domu, to kto to robi?

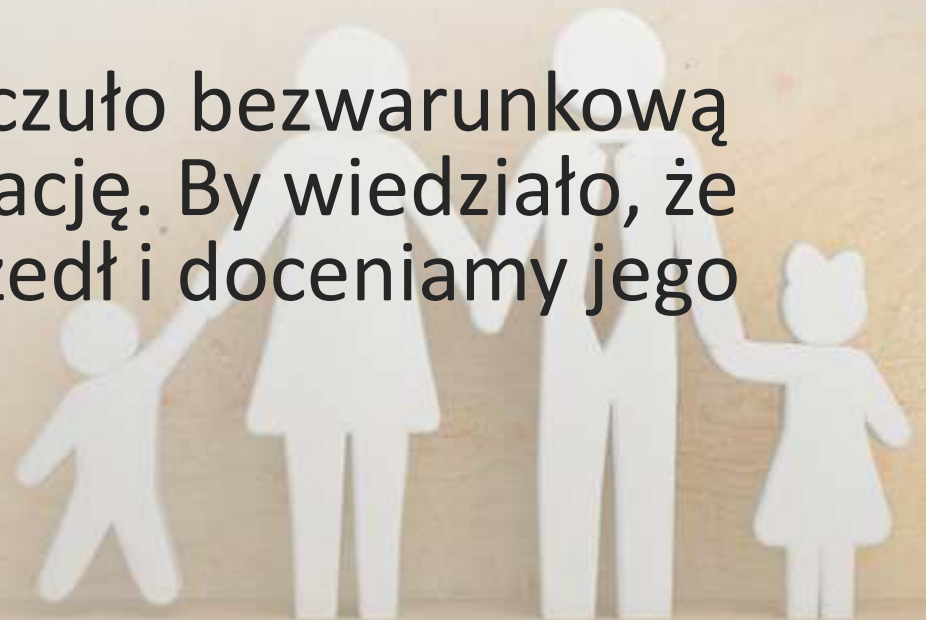


Docenianie to nie chwalenie



W towarzystwie dziecka najważniejsze jest rwanie przy młodym człowieku, który pokonuje przeszkody, doskonali swój talent i rozwija się. Bycie przy nim, gdy osiąga sukces i wysłuchanie w chwilach dla niego ciężkich.

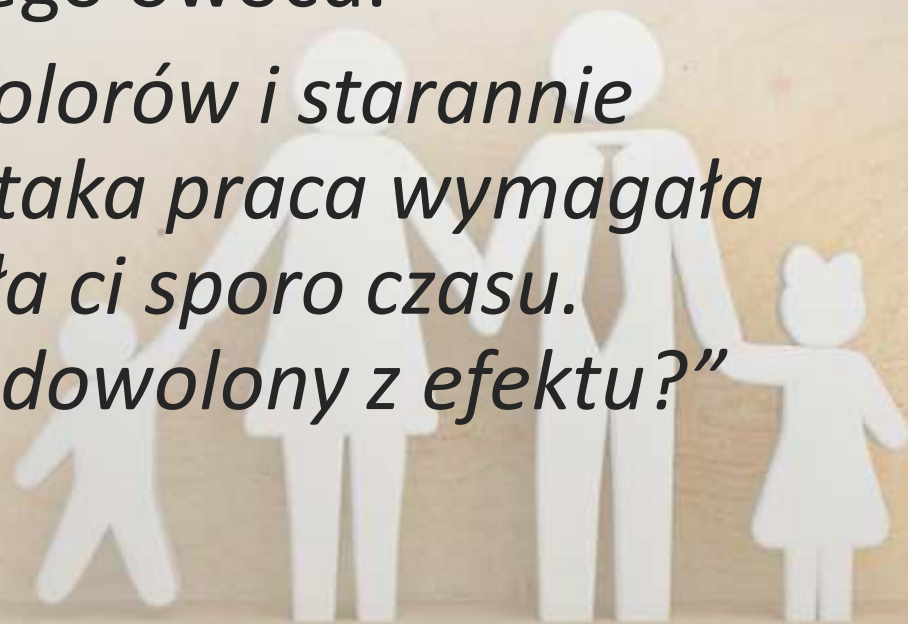
Najważniejsze, aby zawsze czuć bezwarunkową miłość rodzica i jego akceptację. By wiedziało, że widzimy drogę, którą przeszedł i doceniamy jego trud.





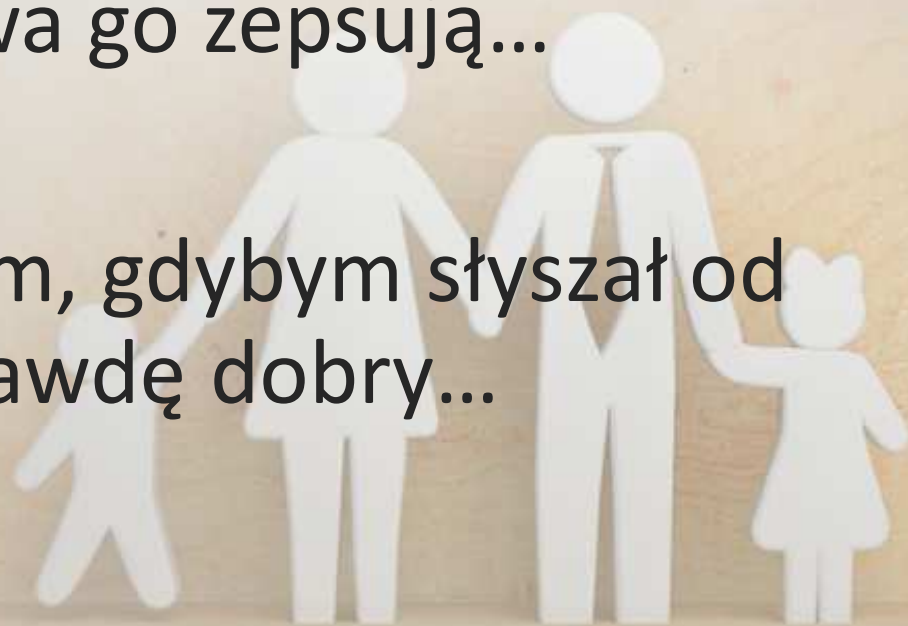
Docenianie wymaga od nas głębszego zastanowienia, refleksji. Musimy wtedy dostrzec wysiłek dziecka i jego zaangażowanie. Pochwała skupia się na owocu, a docenianie na drodze prowadzącej do tego owocu.

„Widzę, że użyłeś wielu kolorów i starannie trzymałeś się linii konturów, taka praca wymagała skupienia i pewnie zajęła ci sporo czasu. Napracowałeś się. Jesteś zadowolony z efektu?”



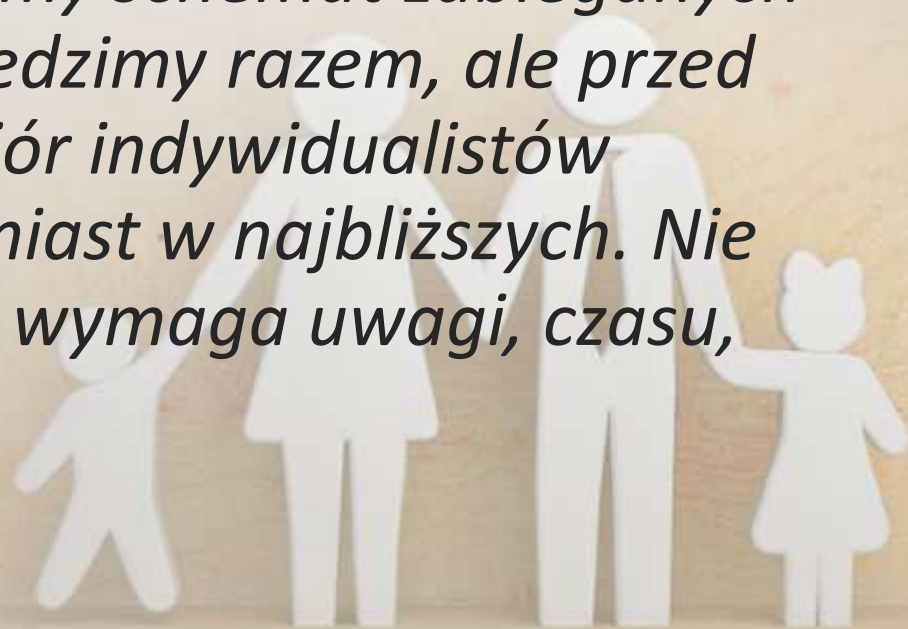


- Często czuje, że powinienem powiedzieć mojemu dziecku coś miłego, ale nie mówię... Mój ojciec nigdy mnie nie pochwalił... Zawsze znalazł coś, żeby się przyczepić... Jestem jak mój ojciec... Boję się, że dobrym słowem go rozpieszczę, że dobre słowa go zepsują...
- Byłbym innym człowiekiem, gdybym słyszał od ojca, w czym jestem naprawdę dobry...





„W rodzinie tak często przestajemy się słuchać. Znamy się od lat, doskonale wiemy, co myśli druga osoba, jakie zamiary mają nasze dzieci. Gadamy, włączamy muzykę, internet, seriale. Żyjemy czyim życiem zagłuszając swoje serca. Chcąc nie chcąc, powtarzamy schemat zabieganych domów, z których wyszliśmy. Siedzimy razem, ale przed telewizorem. Tworzymy zbiór indywidualistów wpatrzonych w innych ludzi zamiast w najbliższych. Nie mówimy ważnych rzeczy, bo to wymaga uwagi, czasu, troski.”





Rodzicu, czy widzisz w swoim dziecku
coś dobrego?

Co to jest?



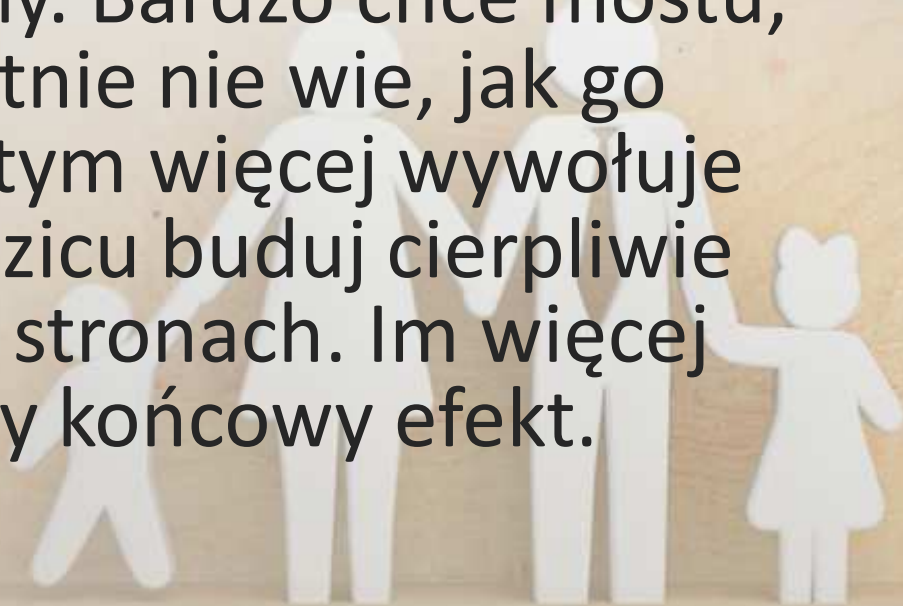


Dzieci są jak lustro – zachowaniem odbijają
wszystko, co wnikliwe zaobserwują.
Wchodzą w dorosły świat, dlatego uczą się
go od dorosłych.



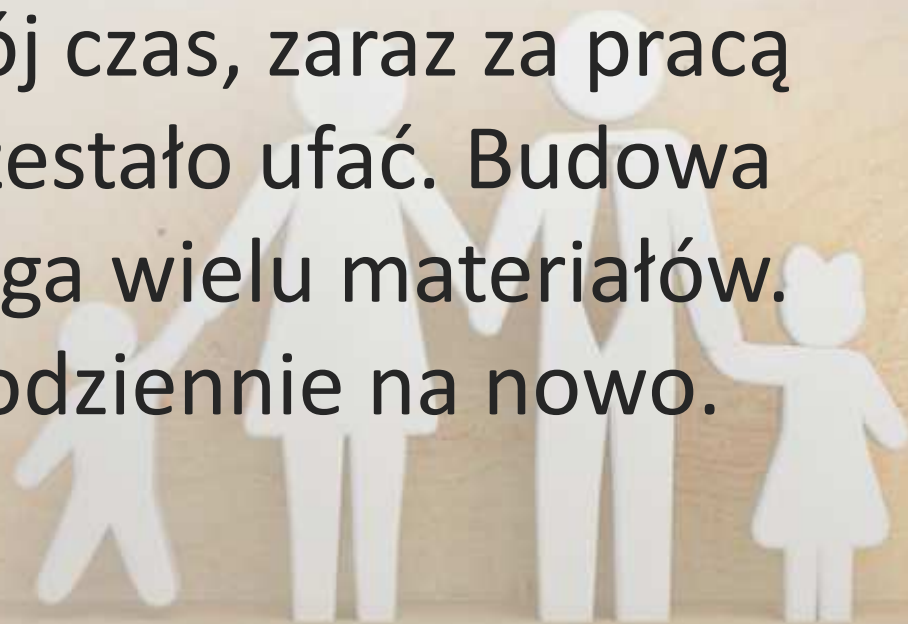


Dzieci rosną, dojrzewają i przestają postrzegać rodziców jak bogów i przestają ich uwielbiać. Nastolatek zaczyna sprawdzać, czy rzeczywiście kochamy go miłością bezwarunkową. Podchodzi do granicy, którą ustalili rodzice i zaczyna ją testować, sprawdza nasz system obronny. Bardzo chce mostu, porozumienia, ale kompletnie nie wie, jak go budować. Im mocniej chce, tym więcej wywołuje katastrof budowlanych. Rodzicu buduj cierpliwie most porozumienia po obu stronach. Im więcej cierpliwości, tym większy końcowy efekt.



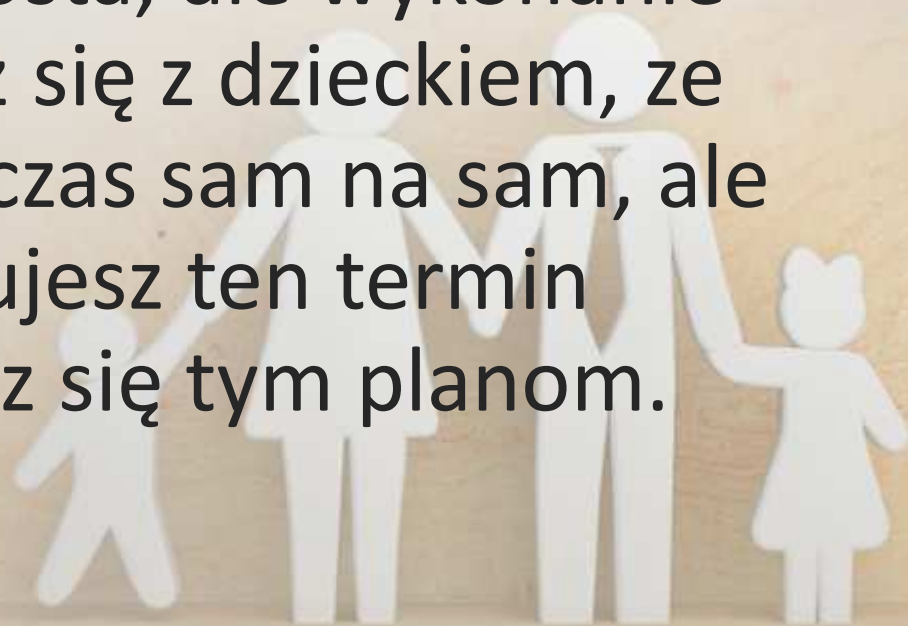


Po latach katastrof budowlanych, kiedy ciężko było zbudować między wami porozumienie, kiedy dziecko nie słyszało słów miłości, nie doświadczało gestów miłości, kiedy było drugie lub trzecie w kolejce po twój czas, zaraz za pracą i hobby, nie dziw się, że przestało ufać. Budowa mostu porozumienia wymaga wielu materiałów. Miłość trzeba budować codziennie na nowo.



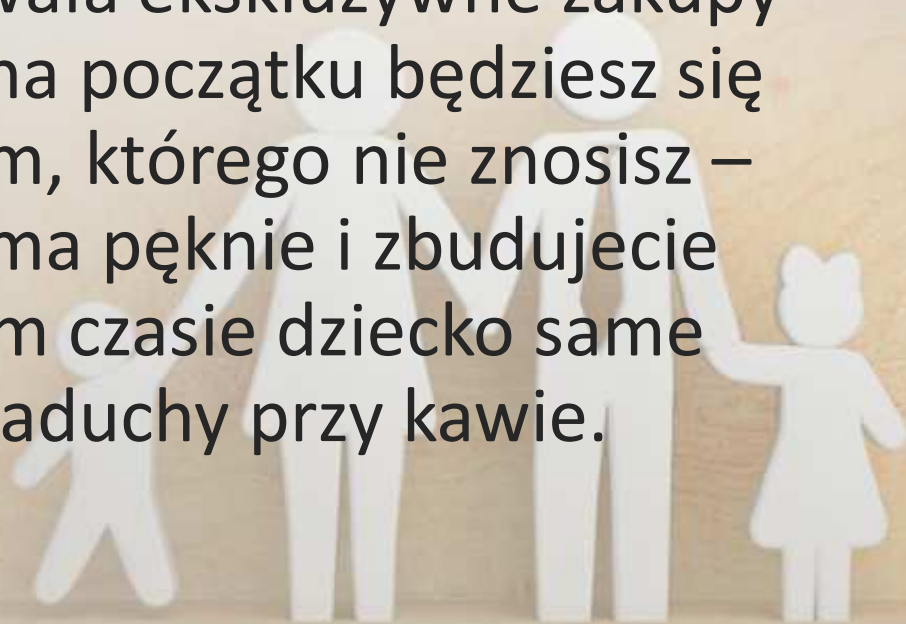


Budowanie mostu porozumienia z waszym dzieckiem warto zacząć od wyznaczenia specjalnego czasu na wasze poznawanie się na nowo. Zróbcie sobie „randkę” z własnym dzieckiem. Zasada jest prosta, ale wykonanie wymaga trudu. Umawiasz się z dzieckiem, że chcesz z nim spędzić czas, czas sam na sam, ale na jego sposób. Zapisujesz ten termin w kalendarzu i poddajesz się tym planom.





Trudność polega na tym, że gdy dziecko jest na ciebie mocno zezłoszczone, będzie sprawdzało granice twojej cierpliwości i łagodności. Może się więc wydarzyć, że przesiadysz godzinę w jego pokoju, a on/ona nie odezwie się ani razu, bo będzie grać na komputerze. Może być też tak, że randka będzie cię kosztowała ekskluzywne zakupy – wytrzymaj. Prawdopodobnie na początku będziesz się czuł dziwnie, idąc do kina na film, którego nie znosisz – wytrzymaj. Po okresie prób tama pęknie i zbudujecie razem mocną więź. Po pewnym czasie dziecko same będzie cię wyciągać na pogaduchy przy kawie.



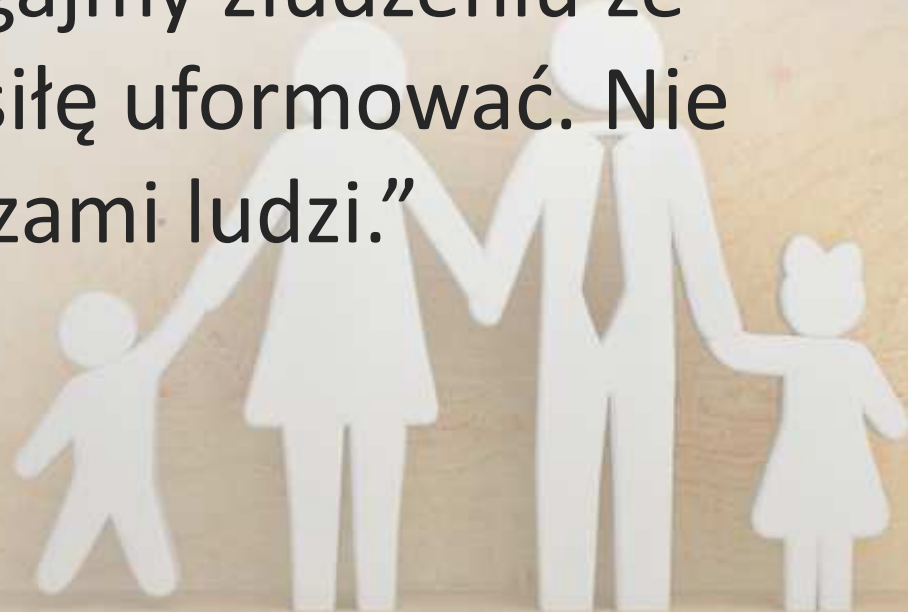


Kiedy dziecko samo będzie was zapraszało na spotkanie, abyście posłuchali jego zwierzeń, to jest znak, że most między wami jest solidny i doskonale pełni swoją rolę.



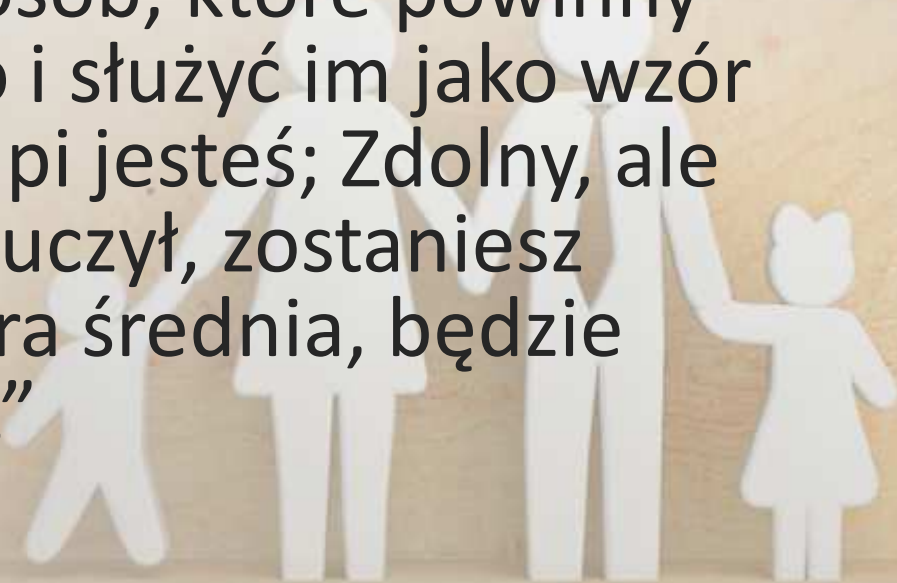


„Założenie, że ktoś powinien się zmienić i dopasować do naszych wyobrażeń, jest z natury błędne. Nie ulegajmy złudzeniu że możemy kogokolwiek na siłę uformować. Nie jesteśmy rzeźbiarzami ludzi.”





„Wydaje się nam również, że wychowujemy dzieci.
W rzeczywistości one bacznie nas obserwują
i z naszego stylu zachowań same biorą to, co chcą.
Bardzo zależy im na tym, by zasłużyć na uznanie,
więc poddają się „tresurze”: Powiedz „dzień dobry”,
Podziękuj (...). Czasami od osób, które powinny
kochać dzieci bezwarunkowo i służyć im jako wzór
do naśladowania słyszą: Głupi jesteś; Zdolny, ale
leń; Jak się nie będziesz uczył, zostaniesz
śmieciarzem; Będzie dobra średnia, będzie
nagroda.”





Mów dobre rzeczy swojemu dziecku.

To wyjątkowy człowiek, inny niż ty, chociaż być może w wielu aspektach podobny.

Próbując uformować dziecko według swoich wyobrażeń, jesteś jak rzeźbiarz, który ma w głowie posąg z perfekcyjnymi proporcjami.





Każde zachowanie jest tylko efektem, ma swoją przyczynę ukrytą głęboko w sercu przeżyć człowieka.





Nie ma lepszej okazji niż teraz, aby powiedzieć,
że się kocha, że nam zależy. Nikogo nie
zepsujemy zbyt dużą ilością dobrych słów
płynących prosto z serca.



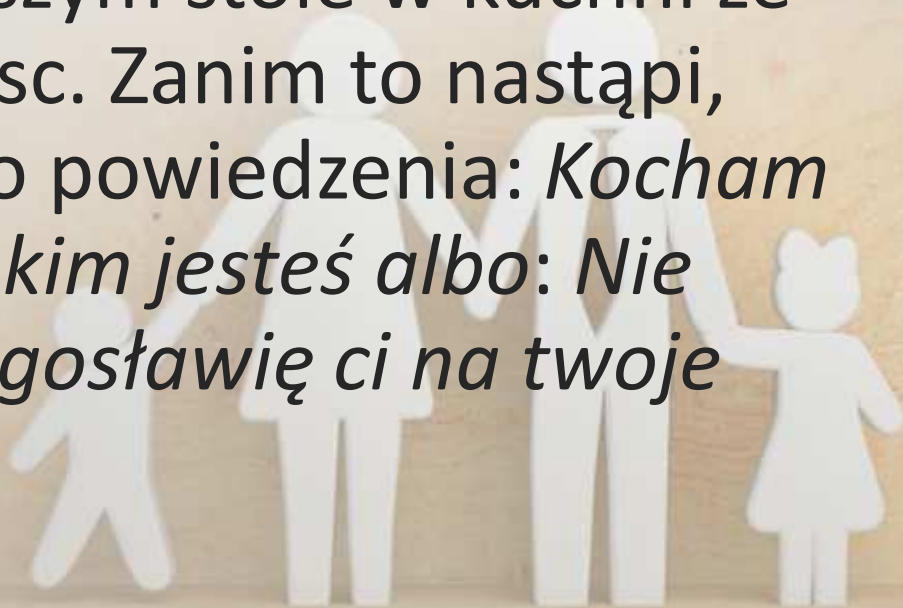


Pomóż swojemu dziecku znaleźć w nim to, co najcenniejsze i rozwijaj to. Przeprowadź je od tego, co dobre, do tego, co lepsze. Nie skupiaj się na słabości, bowiem świat robi to za ciebie.





„Przyszedł taki dzień, że spakowałeś się i poszedłeś w świat, by utworzyć własną rodzinę. I choć dziś wydaje ci się może, że do tego samego dnia w życiu twojego potomstwa jest jeszcze mnóstwo czasu, to ani się obejrzysz, a zostaniesz przy waszym stole w kuchni ze zbyt dużą liczbą pustych miejsc. Zanim to nastąpi, macie przed sobą wiele okazji do powiedzenia: *Kocham cię, tak po prostu, bo jesteś, kim jesteś albo: Nie rozumiem, ale nie muszę, błogosławię ci na twoje wybory.*”





Rodzicu skupiaj się na pozytywach i pożądanym zachowaniach, wzmacniaj je. Pokazuj dziecku, w czym jest naprawdę dobre. Pielęgnuj w nich to, co najlepsze.





Zapraszam do lektury....

OKG

