

DZIESIĘĆ RAD DLA RODZICÓW POMAGAJĄCYCH MĄDRZE I ODPOWIEDZIALNIE WYCHOWYWAĆ!

1. ***Ufaj swojej intuicji, ale też poznaj siebie.***
Jako rodzice musimy być pewni siebie, bo nasze dzieci oczekują od nas przodownictwa. Nie możemy wątpić w swą dojrzałość i życiowe doświadczenie.
2. ***Nie rezygnuj z własnych potrzeb na rzecz dziecka. Ty też jesteś kimś ważnym!***
Nadmierne poświęcanie się dla dzieci czyni nas wiecznie zmęczonych, a nasilone dawanie spotyka się z coraz większą ich postawą roszczeniową.
3. ***Znaj swoje dziecko, słuchaj słów, wnioski wyciągaj z zachowania.***
Niektórzy oceniają swoje dziecko raczej "powierzchnownie", uważając, że skoro przy nas zachowuje się spokojnie, zawsze takie jest. Bezgraniczna może być miłość, ale nie zaufanie, dlatego jeżeli powątpiewasz w uczciwość swoich pociech, masz moralny obowiązek dociekać prawdy nawet jakbyś miał naruszyć ich prywatność.
4. ***Od samego początku rozwijaj pozytywne wartości.***
Należy być wzorem dla swych dzieci, aby w tym czasie zagłuszyć autorytet rówieśników.
5. ***Podkreślaj znaczenie dobrych chęci, wysiłku i gotowości do emocjonalnego ryzyka.***
W sytuacji, kiedy dziecko uważa coś za trudne, zachęcaj go do podejmowania wyzwania, Przecież to, co nas nie złamie, nas umocni.
6. ***Bądź rodzicem, a nie przyjacielem.***
Rodzicielstwo ma dużo cech przyjaźni, ale postrzeganie rodziców jako mocniejszych jest dla nastolatków pewnym zakotwiczeniem w ich świecie. Jeżeli rodzice abdykują z tej funkcji na rzecz przyjaźni, dzieci tracą poczucie bezpieczeństwa, jednak nie przyznają się do tego, by nie tracić przywilejów. Czując się wtedy równi, mogą nimi manipulować i uciekać do szantażu, a nie o to przecież chodzi.
7. ***Wyznaczaj granice. Nie, jest pełnymi skończonym zdaniem.***
" Rodzice, którzy nie mają odwagi twardo stąpać po ziemi, mają dzieci stąpające po nich " Dzieci muszą wiedzieć, co im wolno, czego nie. Wyznawaj regułę 30 sekund, to wystarczający czas na uargumentowanie naszej decyzji.
8. ***Utrzymuj dyscyplinę, ale nie karz.***
Dyscyplina ma pobudzać do uczenia, a nie powodować krzywdę dziecka. Tu nie chodzi o krzyk, bicie, tylko o zawarcie pewnej pisemnej umowy między nastolatkiem a rodzicem wskazującej zasady dozwolonego zachowania.
9. ***Rozmawiaj, a nie komunikuj.***
Skuteczni rodzice winni rozmawiać ze swoimi dziećmi w sposób spokojny, ale skuteczny i rzeczowy. Ważne podczas rozmowy są kontakty wspierające, tzn., nastolatkowi często wystarczy rozumiejące ucho, a nie setki rad. Spróbujcie porozumiewać się na poziomie uczuć. Komunikaty typu " Ja" wyrażające nasze uczucia i oczekiwania są skuteczniejsze niż z przyzwyczajenia stosowane bariery komunikacyjne - formuła komunikatu " Ja" Czuję
10. ***Zajmuj zdecydowane stanowisko w sprawie seksu, narkotyków, alkoholu.***
Tematy te nie mogą stanowić tabu. W przypadku eksperymentowania z używkami kary muszą być jasno omówione i z całą surowością stosowane.

Rodzice!

Pamiętajcie, że o problemach swoich dzieci należy głośno i otwarcie mówić.

O tym, jak trudno wychować własne dzieci, wiedza wszyscy rodzice. Pamiętając, że w relacjach z dziećmi obowiązuje niepodważalna zasada walizki "co włożysz, to wyjmiesz" należy zdawać sobie sprawę, że los dzieci spoczywa na barkach dorosłych. Każdy z nas miał kiedyś "naście" lat, więc wydawałoby się, że o wieku dorastania wie wszystko, co trzeba. Często mówimy naszym dzieciom, "nie zapominaj, że ja też byłem w Twoim wieku".

To, że okres adolescencji mamy już za sobą, a emocje towarzyszące wspomnieniom tamtych lat są coraz słabsze, stanowi zasadniczą przeszkodę utrudniającą porozumiewanie się z własnymi dziećmi, które mają wiele racji mówiąc, "Wy po prostu mnie nie rozumiecie".

Jeżeli kiedykolwiek braliśmy do ręki raz przeczytaną książkę, nie możemy się nadziwić, że przegapiliśmy w niej tyle istotnych wątków. Poznajemy ją więc niejako na nowo. Czy zajmowanie się nastolatkiem nie dostarcza podobnych przeżyć? Niby wszystko "przerabialiśmy" na własnej skórze, a mimo to wszystko na nowo nas zaskakuje.

Nasze dzieci w okresie dojrzewania są niezwykle osobliwe. Charakterystyczna jest dla nich labilność uczuciowa (diametralna zmiana nastrojów), rozumowanie emocjonalne, przeculenie na krytykę (bardzo łatwo je urazić), przesadna dbałość o swój wygląd, widzenie tunelowe (jedno niepowodzenie powoduje, że od razu myślą, że są do niczego), myślenie skrajnościami (używają określeń "wszyscy", "nigdy", "nikt", "zawsze"), życie w poczuciu że zawsze mają rację i, że dorośli zawsze się ich czepiają. Nastolatki cierpią często na syndrom "supermana" (uważają, że nic im się nigdy nie stanie), żądają bezwzględnej wolności, oraz bezgranicznego zaufania, w rówieśnikach upatrują autorytetów.

To, co najbardziej nas w nich złości jest efektem niedojrzałej części mózgu zarządzającej poczuciem odpowiedzialności, motywacją i pojmowaniem moralności, (często więc kłamią i są krnąbrne, ciężko zagonić je do lekcji i wytłumaczyć im, że nie mogą jechać pod namiot, bo się po prostu o nich martwimy), To prawda, że nastolatki przechodzą przez fazę buntu i niezależności, jednak należy szybko reagować, gdy przestają się uczyć, wagarują, nie mówią o swoich problemach, na długie godziny znikają z domu. Wtedy należy natychmiast reagować, by zachowania te nie doprowadziły do demoralizacji. Jesteście partnerami w pracy wychowawczej, dlatego szkole bardzo zależy na owocnej współpracy.

Pedagodzy są koordynatorami wszelkich działań profilaktycznych. Na co dzień w swojej pracy spotykają się z problemami uczniów i ich rodzin. Źródeł niepowodzeń szkolnych które najczęściej upatrują w środowisku najbliższego rozwoju, czyli rodzinie. Stosunek młodego człowieka do nauki w dużym stopniu zależy od atmosfery opiekuńczo - wychowawczej, na którą składają się postawy rodzicielskie, style wychowania, więź emocjonalna dziecka z rodzicami, pożycie rodziców, a także wzór identyfikacyjny matki i ojca.

Jej głównym celem na gruncie szkolnym jest wyposażenie ucznia w arsenał wiedzy, która dawałaby mu mocną ochronę przed podejmowaniem zachowań ryzykownych. Przewodnym celem szeroko rozumianej profilaktyki problemowej jest promocja zdrowego stylu życia i wywarcie na dziecku takiego wpływu, aby podejmowało działania przeciwstawiające się wymienionym wyżej przejawom patologii.

[W gabinecie pedagoga rodzice mogą porozmawiać na wszystkie tematy związane z ich dorastającymi dziećmi. Pedagog wyjaśni:](#)

- jakie są najczęstsze błędy wychowawcze rodziców,
- jakie są najbardziej typowe problemy uczniów,
- na czym polega trudny okres w ich rozwoju,
- jak porozumiewać się z nastolatkiem, czyli na czym polega sztuka pokonywania barier komunikacyjnych i nadawania komunikatów "Ja",
- doradzi, posłuży wsparcia

- profesjonalnej pomocy z tematyki uzależnień (alkohol, narkotyki, nikotyna, AIDS), zasugeruje, po czym poznać, że dziecko bierze narkotyki, pije alkohol. Poda prawy i mity na tematy używek,
- udzieli informacji o OHP, w przypadku uczniów słabo uczących się oraz zasadach kierowania do PPP.

SYMPTOMY NIEPOKOJU - KIEDY RODZIC POWINIEN ZWRÓCIĆ SIĘ O POMOC !

- dziecko nie chce chodzić do szkoły (przyczyny mogą być różne: mobing szkolny, fobia szkolna, problemy z rówieśnikami, zastraszanie, namowy kolegów, obawa przed klasówkami, lenistwo, problemy rodzinne),
- dziecko słabo się uczy (w takich przypadkach uczeń winien uczęszczać na kółka wyrównawcze, świetlice środowiskową oraz zostać pokierowany przez wychowawcę bądź pedagoga do poradni psychologiczno - pedagogicznej. Podczas dwóch wizyt z psychologiem i z pedagogiem dziecko zostaje zdiagnozowane pod kątem trudności szklonych. Kończym efektem jest wydanie opinii z zaleceniami do pracy z dzieckiem),
- dziecko jest agresywne, konfliktowe, - tu również będzie wskazana diagnoza PPP
- dziecko diametralnie zmieniło swoje zachowanie (niepokoi nas jego obojętność na sprawy szkolne, nie odrabia lekcji, ma grono nie znanych nam kolegów, jest dziwnie śpiące, bądź nienaturalnie pobudzone, pachnie czasami alkoholem, nie rozmawia z nami, w domu giną cenne przedmioty) bardzo możliwe, że ma kontakt z narkotykami, alkoholem lub przebywa w złym towarzystwie,
- rodzic czuje wewnętrzną potrzebę rozmowy, (w domu współmałżonek nadużywa alkoholu, używa przemocy),
- dziecko, pomimo obietnic składanych w domu, nie zmienia swego postępowania na lepsze (zaczyna się praca metodą kontraktu, który jest głównym narzędziem motywującym ucznia do zmiany zachowania. Jest on opracowany przez rodziców i dziecko przy współpracy z pedagogiem. Zawiera zobowiązania ucznia, sankcje za nie dotrzymanie obietnic, nagrody za ich wypełnienie).

W JAKI SPOSÓB PEDAGOG I SZKOŁA POMAGA DZIECKU

Punktem wyjścia działań naprawczych jest przeprowadzenie rzetelnej diagnozy środowiska szkolnego w celu wyłonienia uczniów z problemami szkolnymi, nie rzadko wywodzących się z rodzin dysfunkcyjnych. W tym celu przeprowadzane są wywiady z dziećmi i z rodzicami, uczniom problemowym zakłada się tzw. teczkę osobową i oferuje indywidualną pomoc i wsparcie, podobnie jak dzieciom z zaleceniami z PPP. Działania te umacnia współpraca z wychowawcami.

Uczniowie słabsi kierowani są na zespoły wyrównawcze, przy stałej mobilizacji ze strony nauczycieli oraz proponowana jest im pomoc. Na godzinach wychowawczych prowadzona jest edukacja prozdrowotna promująca zdrowy styl życia, realizowane są autorskie programy profilaktyczne, podejmowane tematy rozbudzające poczucie własnej wartości, uczące jak odmawiać w obliczu presji rówieśniczej, jak być asertywnym, tolerancyjnym, empatycznym, jak walczyć ze stresem, agresją, z uczniami problemowymi, z grup podwyższonego ryzyka jest prowadzonych wiele rozmów dyscyplinujących dotyczących np. wagarów. Działania wspiera współpraca m. in. z KPP, PPP, Sądem Rodzinnym, OIK.