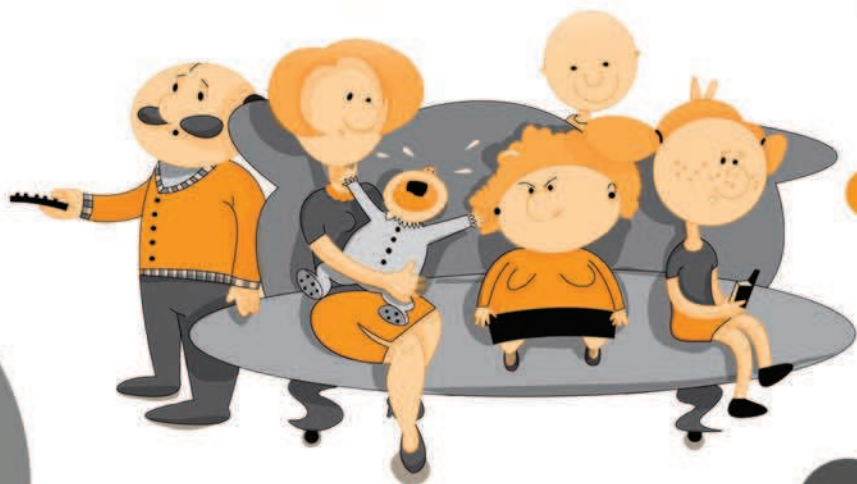


Anna Jankowska

Trudne tematy dla mamy i taty

*czyli jak wychować dziecko
na człowieka*



Redakcja

Katarzyna Kolowca-Chmura

Korekta

Katarzyna Kierejsza, Lidia Iwicka

Projekt graficzny okładki i środka

Paweł Dąbrowski / 2to2

Ilustracje wewnątrz książki i na okładce

Anna Srebro / 2to2

Skład i lamowanie

Anna Cupiś

© Copyright by Wydawnictwo Zielona Sowa Sp. z o.o., Kraków 2010

ISBN: 978-83-2650-002-2

Wydawnictwo Zielona Sowa Sp. z o.o.
30-404 Kraków, ul. Cegielniana 4A
tel./fax 12-266-62-94, tel. 12-266-62-92
www.zielonasowa.pl
wydawnictwo@zielonasowa.pl

Po co ci ta książka?

Trudne tematy dla mamy i taty to nie tylko poradnik poświęcony wychowaniu dzieci. To spora dawka wiedzy o sztuce życia w zwariowanym XXI wieku, który postawił przed współczesnymi rodzicami wyzwania, o jakich nawet nie śniło się ich rodzicom, nie oszczędzając im jednocześnie żadnego z „ponadczasowych” problemów wychowawczych.

- • *Jak zbudować autorytet i go nie stracić?*
- • *Jak uratować rodzeństwo przed bratobójczą walką?*
- • *Jak się rozwieść, nie raniąc dzieci?*
- • *Jak wprowadzić do rodziny nowego partnera?*
- • *Jak ustrzec dziecko przed uzależnieniem od komputera?*
- • *Jak rozmawiać o seksie?*
- • *Jak sobie radzić z lękami, egoizmem, utratą pracy?*
- • *Jak przeprowadzić dziecko przez chorobę i żałobę?*
- • *Jak chronić przed złym dotykiem i przemocą?*

Najlepiej przeczytaj tę książkę od deski do deski – nigdy nie wiadomo, jakiemu problemowi trzeba będzie jutro stawić czoło. Jeśli chwilowo nie masz na to czasu, możesz korzystać z tej książki jak z zestawu pierwszej pomocy rodzicielskiej. Dzięki przejrzystemu układowi i pogrupowaniu zagadnień łatwo znajdziesz interesujący cię temat, a graficzne wyróżnienia pomogą wyłowić najważniejsze informacje i zapamiętać techniki skutecznego porozumiewania

się w konkretnych sytuacjach. Sformułowanie tytułów w postaci pytań zachęca do udzielenia sobie jasnej odpowiedzi, która może stać się pierwszym krokiem do odważnej zmiany twoich dotychczasowych działań i przekonań.

Ta książka daje ci jako rodzicowi solidne narzędzie: strategie, które pomogą radzić sobie z piętzącymi się problemami i pokażą, jak umiejętnie przekazywać dzieciom wartości i wzmacniać nadszarpnięte codziennymi zmaganiem więzi rodzinne, z pełnym szacunkiem zarówno dla potrzeb dzieci, jak i dorosłych. Bo wprawdzie nie ma uniwersalnego przepisu na dobre życie, ale nawet najtrudniejszą i najbardziej skomplikowaną codzienność można oswoić, pod warunkiem że włoży się w to dużo serca, wytrwałości i... odrobinę wiedzy.



Książka sięga do problemów, w których niejednokrotnie dorośli muszą najpierw zmierzyć się z własnymi słabościami i wątpliwościami. W niezwykle wyważony, pełen życzliwości i prostoty sposób autorka ukazuje konkretne sytuacje, kiedy górę mogą wziąć niekontrolowane reakcje dorosłych, wywołane lawiną emocji, oraz obrazuje sposób ich odbierania przez dzieci. Pierwotną motywacją, z jaką rodzic sięgnie po tę książkę, jest poszukiwanie pomocy dla dziecka, jednak prześlągnięta empatią i szacunkiem (również do samego siebie) lektura sprawi, że dorośli zaczną dostrzegać istotną zależność pomiędzy zachowaniami dziecka a własnymi.

z recenzji psycholog B. Klimek

Spis treści

I	Solidne fundamenty , czyli co nas łączy i kształtuje	
	Postawy rodzicielskie Czy moje dziecko będzie mnie naśladować?	13
	Rodzic niemal idealny Czy rodzice popełniają błędy?	24
	Posłuszeństwo nie zawsze bezwzględne Czym jest autorytet rodzicielski?	32
	Płeć mózgu Czym chłopcy różnią się od dziewczynek?	44
II	Emocje , czyli to, co najtrudniej opisać	
	Miłość Skąd się bierze to ciepło w sercu?	55
	Zazdrość Czy nowe dziecko w rodzinie musi oznaczać kłopoty?	63
	Uczciwość Czy złamanie obietnic może ujsć na sucho?	77
	Szacunek Czy oznacza bezgraniczne posłuszeństwo?	82
	Lęk Jak walczyć ze strachami?	86

III *Sprawy wewnętrzne, czyli to, o czym często wolimy milczeć*

Kłótnie rodziców <i>Czy ktoś musi mieć zawsze ostatnie słowo?</i>	99
Awantury dzieci <i>Kiedy oni się pozabijają?</i>	106
Seks <i>Skąd się biorą dzieci?</i>	110
Przemoc <i>Czy mogę pluć na brata?</i>	117
Molestowanie <i>Czym jest zły dotyk?</i>	125
Pieniądze <i>Czy wiesz, co kryje skarbonka dziecka?</i>	134

IV *Katakлизmy, czyli kiedy świat się wali*

Rozwód <i>Jak pomóc dziecku rozwodzących się rodziców?</i>	147
Nowa rodzina <i>Co to za facet kręci się po naszej kuchni?</i>	161
Utrata pracy <i>To z czego my teraz będziemy żyć?</i>	173
Strach przed lekarzem <i>Czy ta strzykawka musi być taka wielka?</i>	177
Pobyt w szpitalu <i>Jak oswoić szpitalne strachy?</i>	186
Śmierć <i>Czy w niebie mieszkają anioły?</i>	193

V Świat dookoła, czyli jak wychować dobrego człowieka

Przyjaźń Dlaczego kumple są czasem ważniejsi niż mama?	203
Egoizm Jak nie wychować samoluba?	210
Tolerancja Czy mama Murzynka może być biała?	218
Kradzież Skąd się biorą złodzieje?	223
Komputer Jak odwać dziecko od klawiatury?	230
Natura Czego może nauczyć drzewo?	236
Wiara Po co Bóg stworzył piekło?	242

I

*Solidne
fundamenty,*

czyli co nas łączy i kształtuje

Spis treści

Postawy rodzicielskie *Czy moje dziecko będzie mnie naśladować?*

Rodzic niemal idealny *Czy rodzice popełniają błędy?*

Posłuszeństwo nie zawsze bezwzględne *Czym jest autorytet rodzicielski?*

Płeć mózgu *Czym chłopcy różnią się od dziewczynek?*

Postawy rodzicielskie

Czy moje dziecko będzie mnie naśladować?

“

Rozumiejąc i akceptując uczucia dziecka i własne, pozwalając je wyrażać w sposób możliwy do zaakceptowania i wyrażając je samemu, rozwijasz samoświadomość dziecka, czyli umiejętność rozpoznawania własnych stanów emocjonalnych i stanów emocjonalnych innych oraz radzenia sobie z nimi.

M. Wiśniewska-Koszela, Szkolny start dziecka

”

Niektóre dzieci są ciekawe świata, cały czas zadają pytania, poruszają trudne tematy, bo chcą wiedzieć więcej i więcej. Zdarzają się też takie, które dowiadują się wielu rzeczy niejako przypadkiem, dlatego że ktoś inny o to zapytał albo akurat został poruszony interesujący je temat. Choć badanie otoczenia to rzecz zupełnie naturalna, żadne dziecko nie przychodzi na świat z wrodzoną ciekawością poznawczą. Tę cechę w dużej mierze wyrabiają nawyki i postawy prezentowane przez rodziców oraz środowisko, w którym maluch dorasta. Jeśli w domu jest mnóstwo tematów tabu, dziecko będzie szukało odpowiedzi poza nim, na przykład wśród rówieśników czy w internecie, a wówczas narażone jest na powielanie błędnych informacji

i interpretacji, szukanie na oślep i utratę zaufania do rodziny. Oparcie w dorosłych jest dziecku niezmiernie potrzebne.



Przyjmij zasadę, że nie ma głupich pytań, że każdy może je zadawać i nawet jeśli nie znasz od razu odpowiedzi, wspólnie zabieracie się za jej poszukiwanie. Taka postawa szybko zaprocentuje u dzieci poprawą wyników w nauce, lepszym kontaktem z otoczeniem, chęcią podejmowania nowych wyzwań, eksperymentowania i akceptowania różnych punktów widzenia. Co więcej, w zależności od tego, jak ty traktujesz dzisiaj ich dociekliwość, tak one będą ją później rozwijać, a potem odnosić się do własnych dzieci. Unikanie trudnych tematów być może jest dobrym rozwiązaniem na chwilę, kiedy jesteś zmęczony, skrepowany lub zawstydzony, bo nie znasz odpowiedzi, jednak na dłuższą metę przynosi same straty.

Cała trudność polega na tym, że postawa rodzicielska powinna być elastyczna. Inaczej przecież rozmawia się z przedszkolakiem, a inaczej z dorastającym nastolatkiem. Nie ma jednej, prostej recepty na to, jak bardzo szczegółowo przedstawiać dzieciom konkretne tematy, czy ich na przykład wcale nie poruszać, skoro dziecko nie pyta, a zatem może nie jest ich ciekawe. Jedyłą wskazówką może być podążanie za zainteresowaniem dziecka. Prawidłowa, wspierająca postawa rodzicielska dodaje mu otuchy oraz zachęca do

stawiania pytań i poszukiwania na nie odpowiedzi. Nieprawidłowa może doprowadzić do lęku przed otaczającym światem.

Pozytywne postawy rodzicielskie – co to właściwie znaczy?

Dawanie swobody działania, myślenia, zadawania pytań – to podstawa. Kiedy dziecko wie, że rodzic nie unika konfrontacji z trudnymi kwestiami, a świat jest miejscem, którego poznawanie przynosi wiele radości, chętnie i często będzie to robić. Swoboda nie oznacza bezstresowego wychowania ani pozwalania na wszystko. Powinna to być raczej zachęta do badania świata pod czujnym okiem rodzica, który w razie zagrożenia zainterweniuje. Dawania swobody rodzice muszą się nauczyć. Najczęściej bowiem jesteśmy przyzwyczajeni do chuchania i dmuchania na pociechę. Nie ma się co dziwić, bombardowani przez media drastycznymi doniesieniami łatwo popadamy w paranoję i poddajemy się niepotrzebnym lękom. Pozwalanie na wiele nie oznacza jednak całkowitego braku kontroli.

Nie możesz dziś ubrać spódniczki, bo jest straszny mróz. Możesz za to wybrać, czy założysz zielone spodnie, czy te różowe. A pod nie możesz wybrać twoje ulubione rajtuzy.

Uznanie praw dziecka to kluczowa sprawa w dobrych z nim relacjach. Mało kto zastanawia się nad tym, jakie nieletni mają właściwie prawa. Nie ma też sensu przybijać na ścianie Karty Praw Dziecka i przy każdej wymianie zdań odwoływać się do tych regulacji.

Raczej chodzi o poszanowanie godności dziecka jako człowieka. Z jednej strony otwiera to jego umysł na zastanawianie się nad wartościami w życiu, z drugiej – daje poczucie bezpieczeństwa. Szukanie kompromisów i prowadzenie partnerskich rozmów przynosi zaskakujące rezultaty w sferze budowania świadomości i własnej wartości dzieci. Nie boją się one wówczas zadawać pytania i szukać na nie odpowiedzi różnymi, niekoniecznie najprostszymi drogami.

Rozumiem, że nie chcesz być zmuszany do jedzenia szpinaku, bo ci nie smakuje. Przed kolacją proponuję pobuszczać w książkach i sprawdzić, czym smacznym można go zastąpić.

Kiedy naprawdę nie masz czasu...

„Gdy rodzice nie mogą dostatecznie zapewnić dziecku swej obecności, gdy rzeczywistość nie znajduje dla niego czasu [...], lepiej ofiarować mu częściej krótkie dobre chwile niż rzadkie dłuższe okresy, pomiędzy którymi narasta napięcie w relacjach rodzice–dziecko”¹.



Akceptacja rozwijającej się osobowości dziecka nie jest sprawą łatwą. Rodzice muszą nastawić się na ciągły progres i nadążanie za uwarunkowaniami osobowościowymi dziecka, które zaskakująco szybko może przestać być niewinnym maleństwem i zamienić się

¹ M.-C. Beliveau, *Jak pomóc dziecku w problemach szkolnych*, Klub dla Ciebie, Warszawa 2005.