

Wychowanie – dzieci potrzebują uważnych dorosłych

Od wielu lat jestem trenerem programu **Szkoła dla Rodziców i Wychowawców**. Głównym celem tego ogólnopolskiego przedsięwzięcia jest wspieranie rodziców i wychowawców w radzeniu sobie w codziennych kontaktach z dziećmi i młodzieżą. To także nauka umiejętności lepszego porozumiewania, refleksja nad własną postawą wychowawczą, możliwość wymiany doświadczeń i tak ważnego kształtowania więzi opartych na wzajemnym szacunku i tolerancji. Celem dziesięciu spotkań jest nauka budowania pozytywnych relacji opartych na dialogu i podmiotowym traktowaniu. Dla wielu rodziców, wychowawców zaskoczeniem jest to, że to przede wszystkim ich długotrwała i konsekwentna ciężka praca. Nie ma czegoś takiego jak „wychowanie od czasu do czasu”, w zależności od bieżących wydarzeń. Obecna sytuacja jest okazją do przyjrzenia się własnym umiejętnościom i potrzebom, aby stać się kochającym mądrze rodzicem, świadomym wychowawcą. Większość nieszczęść we współczesnym świecie upatruje się w niezaspokojonej potrzebie bezpiecznego przywiązania, akceptacji i codziennego budowania więzi. Aby tę więź z dzieckiem lub podopiecznym zbudować i spowodować, by czuło się akceptowane, opiekunowie powinni nawiązać z nim kontakt emocjonalny. Co wcale nie jest takie proste, jakby się mogło wydawać. To my dorośli musimy przełamać własną nieumiejętność do rozpoznawania stanów emocjonalnych, takich jak: złość, gniew, bezradność czy wstyd. Prowadzone spotkania dotyczące rozpoznawania uczuć i pokazanie, co się z nami dzieje, jeśli nie potrafimy połączyć niezaspokojonej potrzeby uznania, szacunku, miłości z pojawiającą się w takich sytuacjach frustracją, wściekłością, niezadowolaniem. Rodzice, opiekunowie, którzy potrafią uświadomić sobie własne reakcje na uczucia dziecka, zdecydowanie łatwiej zaspokoją podstawową potrzebę bezpiecznego przywiązania i akceptacji. Nie ma wychowania bez błędów. Wszyscy rodzice, opiekunowie mają słabsze i gorsze

momenty w codziennym trudzie rodzicielsko-opiekuńczym. Istotne jest, aby zachować proporcje, żeby właściwych działań, słusznych decyzji było więcej niż złych. Rozwijajmy zatem swoje umiejętności aktywnego słuchania, jasnego wyrażania uczuć i myśli. Nasze konsekwentne działania i czytelne dla dziecka granice są podstawą mądrego postępowania. Motto Szkoły dla Rodziców i Wychowawców to **Kochaj i wymagaj**. To czytelna wskazówka, że dziecko uczone samodzielności i odpowiedzialności, łatwiej będzie mogło przystosować się do dorosłego życia. Wielu pedagogów, psychologów podkreśla, że życie nie jest pasmem bezstresowych przyjemności. A naszą rolą jest wspieranie i uczenie potrzebnych w codziennym życiu umiejętności i realistycznych oczekiwań wobec naszych pociech. Tę lekcję utrudniają doświadczenia z własnego dzieciństwa. Pamiętajmy, że nie chodzi o rodzicielstwo perfekcyjne, tylko wystarczająco dobre. Warto pamiętać, że dzieci uczą się poprzez obserwację. Kluczowa jest codzienna konsekwencja w działaniu i to my dorośli modelujemy zachowania naszych dzieci. Dokonywanie zmian w głównej mierze jest po stronie dorosłych. Na efekty przemyślanego, mądrego, pełnego miłości, cierpliwości i zrozumienia rodzicielstwa nie będzie trzeba czekać. Uczestnicy warsztatów Szkoły dla Rodziców i Wychowawców podkreślają, że już niewielkie zmiany dotyczące na przykład skutecznej komunikacji, jasnego precyzowania oczekiwań sprawiają, iż czują się w swojej roli zdecydowanie lepiej i pewniej. Na podnoszenie własnych umiejętności rodzicielsko-opiekuńczych potrzeba czasu – tego nie da się zrobić na skróty czy kiedyś nadrobić. Potrzebna jest motywacja do zmian, jeśli dotychczasowe efekty nie są zadawalające. Niektórzy nie chcą spróbować czegoś nowego ze strachu przed niepowodzeniem. Nie udało się w ten sposób, to warto spróbować inaczej. Serdecznie namawiam do okazywania uczuć i szacunku wszystkim biorącym udział w długotrwałym procesie, jakim jest wychowanie.