

Prelekcja dla rodziców

Jak pomóc rodzicom w kryzysowym dorastaniu dzieci

„Ludzie są jak kwiaty, stworzeni do tego, aby się rozwijać”

Andre Liege

Wiek dorastania stanowi ostatni krok w dorosłość. Wyróżnia się od na tle dotychczasowych faz gwałtownością i rozmiarem przemian, jakie przechodzi chłopak czy dziewczyna. Proces ten dotyczy właściwie wszystkich sfer rozwoju. Stąd też okres adolescencji dość jednoznacznie kojarzy się z kryzysem.

Zmiana której podlega młodzież jest czasem trudna do zaakceptowania przez nią samą. Tematy takie jak wygląd, ubiór, dojrzewanie stają się czasem tematem tabu. Każdy komentarz może wywołać zarówno bardzo pozytywne jak i negatywne skutki. Wydaje się, że to czego najbardziej potrzebują młodzi ludzie w okresie przemiany, to akceptacja i poczucie bezpieczeństwa, tak dla nich w tym okresie trudnym.

Proces dojrzewania człowieka we wszystkich wymiarach nie przebiega równolegle. Najwcześniej rozpoczyna się dojrzewanie płciowe, najpóźniej jest osiągnięta dojrzałość społeczna. Często zakłada się, że skoro dziecko wygląda na 16-17 lat i ma wygląd dorosłego, będzie myślał i działał jak dorosły. Ponieważ tego podświadomie oczekuje się od dzieci, jest się rozczarowanym, gdy zachowują się adekwatnie do tego, kim są czyli jak rozwijające się dzieci.

Zachodzi wyraźna dysproporcja pomiędzy osiągnięciem dojrzałości biologicznej – zwłaszcza płciowej, a nie nadążającym za nim rozwojem psychicznym i emocjonalnym. Ta dysproporcja w rozwoju jest głównym źródłem konfliktów wewnętrznych i zewnętrznych, jakie w tym czasie bardzo często występują.

Przed osiągnięciem dojrzałości społecznej (19-25 lat) młodzi ludzie są często znacznie lepsi w przypisywaniu winy innym niż przyjmowaniu odpowiedzialności za swoje własne problemy. Złe stopnie są winą nauczycieli, którzy „nigdy nie tłumaczą” , a bardzo rzadko wynikiem niedostatecznej uwagi, braku koncentracji lub motywacji do uczenia się. Często padają stwierdzenia ze strony rodziców : „to bystre dziecko, ale dostaje koszmarnie stopnie”. Zamiast koncentrować się na wynikach sprawdzianów proszę skupić się na wysiłkach dziecka i jego chęciach. Rodzice nie powinni wymagać więcej niż dziecko jest w stanie z siebie dać. Nie oszukujmy się wychowanie to ciężka praca. Większość rodziców kocha swoje dzieci i pragnie, aby były szczęśliwe, ale trudno im wybrać i realizować to, co dla dzieci jest najlepsze, szczególnie wtedy gdy same chcą czegoś innego.

Ważne jest by rodzice rozumieli, iż odpowiedzialność za dzieci nie czyni ich jednocześnie odpowiedzialnymi za wybory, jakich ich dziecko dokona. Rodzicielskie ograniczenia są

standardami na podstawie, których nastolatki będą dokonywały wyborów i ponosiły konsekwencje.

Często błędne stwierdzenie „zrobisz tak jak ci powiedziałem” w efekcie i tak doprowadza do tego, że dzieci robią i tak co będą chciały. Jeśli zachowaniem nastolatka nie sterują uwewnętrznione wartości i przekonania, to wtedy najprawdopodobniej decyzja o jakimś zachowaniu będzie odzwierciedlała świadomość istnienia określonych konsekwencji – stare powiedzenie mówi „możesz wprowadzić konia do wody ale nie możesz zmusić go do picia” (ale jeśli sprawisz by był wystarczająco spragniony, to być może będzie chciał się napić). Rodzice powinni pokazać , że „woda” – (ograniczenia i zasady) istnieje , sprawić aby odczuły pragnienie – motywować uświadamianiem pozytywnych i negatywnych konsekwencji, koncentrować się na chęci i gotowości dziecka. Życie dzieci można porównać do drogi, którą muszą przejść. Zadaniem dorosłych jest dopilnowanie tego by dzieci nie zboczyły na boczne drogi. Najłatwiej przyjmowane są znaki informacyjne a nie kategoryczne zakazy. Dorosły powinien pilnować przestrzegania znaków przez dzieci. Im człowiek jest dojrzały, tym bardziej jest możliwe ustawianie przez niego znaków, ale do tego jest potrzebna wiedza i rozważa.

Ot dziesięć najbardziej podstawowych zasad postępowania rodziców z ich dorastającymi dziećmi :

1. Zasada akceptacji – dorastający ma prawo do własnego życia. Nie jest projekcją naszych marzeń, nie musi więc swoim życiem spełniać naszych wszystkich oczekiwań. Pozwólmy mu na odmienne niż mieliśmy zamierzenia i plany.
2. Zasada wiarygodności – zachowania rodziców wobec dzieci powinny być wiarygodne. Nie należy inaczej postępować niż się mówi, co innego mówić poza plecami, a co innego w oczy.
3. Zasada poszanowania intymności – młodzież ma prawo do własnej intymności uszanujmy tajemnicę jej kieszeni szuflad i korespondencji. Ale jednocześnie interesujemy się pozadomowym życiem własnego dziecka i bądźmy czujni wobec istniejących zagrożeń.
4. Zasada równych zobowiązań – zobowiązania dotyczą tak dzieci jak i ich rodziców. Jeżeli dorastający podjął się wykonania czegośkolwiek, należy to do końca wyegzekwować.
5. Zasada stabilności – poszukującej postawie młodzieży, której wyrazem jest chaotyczność i niezdecydowanie, oscylowanie pomiędzy skrajnościami rodzice powinni przeciwstawić stabilność życia rodzinnego, uporządkowanie czynności i czasu.
6. Zasada konsekwencji – dorastający musi wiedzieć, czego oczekiwać po takim czy innym swoim postępowaniu, ale te same konsekwencje w rodzinie powinny obowiązywać również i innych jej członków.
7. Zasada otwartości na informacje – w tym także na krytykę powinna obowiązywać nie tylko młodzież ale i rodziców.
8. Zasada humoru – narastające napięcie, atmosferę zdenerwowania najłatwiej w początkowej fazie rozładować humorem. Wytwarza do dystans wobec problemów, dlatego stosujemy go często w kontaktach z młodzieżą.
9. Zasada współdecydowania – dorastający stopniowo wciągany w problemy rodziny i jej zobowiązania, kontakty przyjacielskie i inne najczęściej samorzutnie zaczyna zabierać głos w sprawach dla rodziny istotnych, dyskutuje, doradza rodzicom (I. Obuchowska 1996)
10. Zasada prośby – polecenia kierowane do młodzieży powinny być formułowane w postaci konkretnych prośb, wypowiedzianych głosem spokojnym, ale stanowczym.

Mimo wszystko żadnemu nastolatkiowi nie należy ufać w stu procentach – dlaczego ? Nie dlatego, że są z natury nieszczerzy, często kłamią i wprowadzają w błąd ale dlatego, że są niedojrzałe. Adolescenci ciągle muszą wybierać pomiędzy tym, co sprawia im przyjemność a tym co jest możliwe do zaakceptowania przez rodziców. Niedojrzałość oznacza, że w pewnych sytuacjach pragnienia biorą górę. To jest normalne.

Podsumowując :

„Wychowanie dziecka oznacza olbrzymią odpowiedzialność. Jest również cudownym przywilejem czuwania nad rozwojem młodej osoby, prowadzenie jej do dorosłości. W rzetelnym rodzicielstwie nie ma drogi na skróty, szybkich i łatwych rozwiązań, odpowiedzi. Rodzice nie mogą dać swoim dzieciom dojrzałości, muszą pomagać im samym na nią zapracować”. (J.S. Leite, J.K. Parrisch, 1994)

Bibliografia

1. I. Obuchowska „Drogi dorastania“ Warszawa 1996
2. J.S. Leite, „ Wychowanie skuteczne” Warszawa 1994
3. S. Chełpa, T. Witkowski „Psychologia konfliktów” Warszawa 1995
4. G, Klimowicz, J. Kościanek-Kukacka, W. Kozłowski „ Dylematy ucznia. Z doświadczeń dorastającej młodzieży” Warszawa 1994

Opracowała Edyta Ziarko