

Zapisnik drugega srečanja šole za starše, 6.11.2018,

Kako se otroci naučijo samodiscipline, odgovornosti in delovnih navad?

Dr. Aleksander Zadel

90 prisotnih udeležencev

Udeleženci želijo izvedeti odgovore na izpostavljene vsebine in vprašanja:

- Otroci in hišni ljubljenci.
- Kako dosežeš, da otroci sami vse naredijo, kar je njihova »dolžnost«?
- Koliko odgovornosti ni »preveč« odgovornosti? Po letih!
- Koliko upoštevati osebni značaj otroka?
- Razmerje ~~kazni~~ (niso povezane z aktivnostjo) → posledic (povezane s konkretno aktivnostjo), ~~nagrada~~ → pohval. Ali so sploh potrebne?

Za polnovreden odnos z otrokom mora imeti njegovo vedenje/mišljenje posledico.

Ideal je, da bi imeli odgovornega otroka, ki bi se zavedal svoje odgovornosti, ki bi se zavedal sebe. Otrok potrebuje učenje/preizkušanje.

Zakaj odrasli hodimo v službo? Zaradi denarja. Vendar obstajajo globlji razlogi. Vzgib, da karkoli počnemo je, da bi se prej ali slej počutili dobro. Izziv vsakega vedenja je, DA BI SE POSAMEZNIK POČUTIL DOBRO – na kratki rok si hoče posameznik nekaj dokazati. Tudi otroci bi se radi dobro počutili.

DOBRO POČUTJE,

izvira iz tega, da ima to kar počnemo za nas smisel, izvira iz aktivnosti, ki izvirajo iz naših potreb. Predvidevamo, da bomo z njimi nekaj dosegli, da se bomo DOBRO POČUTILI.

Prvo izhodišče pri vzgoji otrok in sebe je RAZUMETI, da je pomembno, da nekaj počnemo KAKOVOSTNO.

Otroci se rodijo NORMALNI, KAKOVOSTNI in RADOVEDNI. Če so otroci naš projekt, mislimo, da so otroci srečni zaradi nas, zato se starši trudimo in delamo namesto njih, da jim je lepo. Ko začnemo mi skrbeti, da jim je lepo je to tragedija.

EMPATIJA, ki jo otrok dobi z domačo živaljo, s tem ko razvija sočutje zanjo, ne obstaja boljši način (kar gre v roke), razen rojstvo sorojenca. Živali pomirjajo.

Do 3. leta otrok hoče delati vse kar delajo starši. Tretje otrokovo leto, ko starši rečemo, »pojdi pospravljat!« in otrok se začne takrat igrati, zanj je vse igra – naša naloga je, da njegovo igro obrnemo v cilj – »zdaj pa daj te igračke sem v škatlo« – igra je najbolj naravno stanje otroka, otrok pade v igro in pozabi na čas.

Prav je, da otroke spominjamo na čas, še do tretje triade osnovne šole zanje velja ta posebnost, da padejo v igro in pozabijo na čas.

Iluzija staršev je, da otroci zaradi sebe hodijo v šolo. Otrok hodi v šolo zaradi staršev.

Pri 2. letu se začne pri otroku graditi občutek lastne vrednosti. Npr. želi prižigati in ugašati luč in ker mu ne dovolimo, da prižiga in ugaša luč, »pade ven« in naj pade ven v varnem okolju, pri mami in očetu. Tu sem zate, tu imam prostor zate. »Dovolim ti, da si jezen!« Pogosto starši mislimo, da je prav, če otrok ne čustvuje. Vendar je to super trening. Potrebujemo 1000 treningov, da se skozi življenje naučimo obvladovati frustracije.

Trening frustracijske tolerance je ključni način, ki se ga učimo v življenju. S svojo umirjenostjo starši pokažemo otroku, da je vstop v novo okolje varen. Izstopiti iz cone udobja za otroka je lažje v čustveno varnem okolju, ob podpori starša. Frustracije so ključne za razvoj veščin in nam omogočajo, da pridobimo nove spretnosti.

Otroku starši pokažemo, kako naj čustvuje. To mu kažemo z vzorom, s svojo neverbalno komunikacijo. Otroku pokaži, ne povej, kaj te skrbi, česa se veseliš...z objemi, dotiki...

Starši smo podpora svojemu otroku, to kar on je. Pustiti otroku, da je, kar je, ga sprejeti, ne soditi, podcenjevati, razumeti otroka, da mu je težko. Odnos do sprejemanja tega, da je otrok čustveno bitje. Pogovarjati se o tem, kaj je čutil, kako se je počutil.

Komentar: »Ker je telefon izjemno orodje za umirjanje?« Cena ki jo plačuje otrok je dramatično previsoka kot pol ure miru, ki jo imajo starši. Otroci vznemirjajo starše zaradi 1000 stvari.

Doslednost pri vzgoji! Odvisnosti od telefona do 11 leta otroka NI, ker je to problem staršev, ne otrok! Starš nadzira uporabo tehnologije. Otroci se bodo pritoževali! Vloga staršev je, da jih učijo življenja skladno s posledicami. Potrebna je doslednost.

Zakaj pohvaliti → da se dobro počutimo. Pohvaliti otroka, kadar nekaj naredi, na ta način ga nagradimo, opazimo, dobi potrditev, priznanje. Ljudje smo socialna bitja. Pomembno je, da imamo radi sebe in tudi za nas je pomembno, da nas imajo radi drugi. Pomembno je samospoštovanje in spoštljiv odnos drugih do nas. Potrebujemo priznanje drugih za nas pomembnih ljudi.

Povejmo otroku s čem smo pri njem zadovoljni in mu na koncu damo občutek, da je v redu. Pomembno je, da damo otroku občutek, da je v redu in ko nam pove svoje mnenje, naj dobi občutek, da nam lahko pove (tudi, če se z njegovim mnenjem sami ne strinjamo). Pomembno je, kakšna je reakcija staršev, ko se mu otrok zaupa.

Današnji otroci so senzibilni. Bodimo pozorni na otroke, ki mislijo, da bodo dobili pozornost, ko bodo naredili vse ok, in bodo tako popolni. Ti otroci potrebujejo le objem, tako jim damo starši vedeti, da so dovolj dobri tudi če ne naredijo vse ok, če se kdaj zmotijo, če naredijo napako. Ko otrok ne more sprejeti poraza, močno ga objemite! Kako reagiramo starši, kadar otrok polije kakav? Se jezimo? (če se, je to odtegotvanje ljubezni!)

Skupne družinske večerje so ključne za duševno zdravje otrok in družine!

Konfliktne situacije med otroki – odziv odraslega, razen kadar je življenjsko nevarno, pustimo, da se učijo socialnih veščin in razvijajo empatijo. Današnji problem je v tem, da se otroci ves čas socializirajo ob prisotnosti staršev.

Po srečanju zapisala Pavlina Zirer