

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Bunt nastolatka

dr Paweł Kwas

Uniwersytet w Białymstoku

25 marzec 2010 r.

Organizatorzy



Partner strategiczny

NBP
Narodowy Bank Polski

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIĘCY.PL

Przejawy „buntu”

- łamie wcześniejsze zasady
- nie wykonuje poleceń
- próbuje używek
- wchodzi w złe towarzystwo
-





Dlaczego dla nas
rodziców jest to
takie trudne ?

Zrozumieć przyczyny!

Okres dojrzewania, dorastania, adolescencji

między 11 a 18 rokiem życia

Dorastanie – przejście z dzieciństwa ku dorosłości

- ❖ **Dojrzewanie fizjologiczne** - jego końcowym efektem jest zdolność do posiadania potomstwa;
- ❖ **Rozwój umysłowy** – przejście z etapu myślenia konkretnego do etapu myślenia abstrakcyjnego;
- ❖ **Dojrzewanie emocjonalne** – jego efektem jest uzyskanie stałości i równowagi emocjonalnej w miejsce pobudliwości i niestałości;
- ❖ **Dorastanie społeczne** - polega na kształtowaniu się ocen, przekonań, postaw moralnych i budowaniu właściwych relacji interpersonalnych;

Nastolatek:

- potrzeba znaczenia (potrzeba akceptacji, egotyczna wrażliwość)
- dążenie do niezależności
- zmienność nastrojów (balansowanie między przeciwnościami)

Błędy:

- nastolatek to dorosły
- nieuwzględnianie stanu emocjonalnego
- brak wsparcia w radzeniu sobie z własnymi emocjami
- nierealistyczne oczekiwania
- brak wiarygodności
- chronienie przed negatywnymi konsekwencjami
- fałszywe trendy (problem autorytetu)

Zasady postępowania rodziców z młodzieżą:

- ❖ **Zasada miłości i akceptacji**
- ❖ **Zasada wiarygodności**
- ❖ **Zasada poszanowania intymności**
- ❖ **Zasada prośby**

- ❖ **Zasada współdecydowania (uczestnictwa)**
- ❖ **Zasada pozytywnego bilansu interpersonalnego**

Zasada miłości i akceptacji

„emocjonalny akumulator”







kochać dziecko



dziecko czuje, że jest kochane

wiedza, świadomość bycia kochanym



odczuwanie, że się jest kochanym

Jak przekazywać dziecku to, że się je kocha?

- znaczenie kontaktu fizycznego, komunikacja werbalna i pozawerbalna
- miłość bezwarunkowa
- skoncentrowanie uwagi (czas)
- znaczenie więzi małżeńskiej rodziców

Zasada wiarygodności

- konsekwencja

- *Verba docent, exempla trahunt*

Zasada poszanowania intymności

Zasada prośby

Zasada współdecydowania (uczestnictwa)

Człowiek bardziej utożsamia się z działaniami, na które ma jakiś wpływ

Zasada pozytywnego bilansu interpersonalnego

*Aby relacja z dzieckiem była prawidłowa,
komunikaty pozytywne (werbalne i niewerbalne)
muszą dominować nad negatywnymi*

Skłonność do wrażliwości negatywnej

pozytywne komunikaty = ładowanie akumulatora

Kto ładuje dziecku emocjonalny akumulator?

Znaczenie komunikacji interpersonalnej

„Komunikowanie *krwioobiegiem*
międzyosobowego i społecznego
współistnienia”



ZAWAŁ !!!

Zasady właściwego słuchania

- postawa

*Przyjmij postawę dziecka albo zaproś je
do siebie*

Zasady właściwego słuchania

- odległość

*Nie bądź zbyt daleko, ani zbyt blisko
dziecka*

Zasady właściwego słuchania

- skoncentrowanie na dziecku

Patrz „w oczy” dziecku

Zasady właściwego słuchania

- potakiwacze

Co pewien czas poprzez gesty wyrażaj zrozumienie dla dziecka

Zasady właściwego słuchania

- słówka potwierdzające

Co pewien czas wtrącaj: „acha”, „no tak”, „hm”, „rozumiem”

„Otwieracze”

Chciałbyś o tym coś powiedzieć...

Interesuje mnie, co tym myślisz...

To tak brzmi, jakbyś miał swoje zdanie na ten temat...., itp.



Blokady komunikacji

Blokady komunikacyjne

- nakazywanie, polecenie, komenderowanie
- ostrzeganie, grożenie
- moralizowanie, „głoszenie kazań”
- doradzanie, sugerowanie, proponowanie rozwiązań

Blokady komunikacji

- pouczanie, „robienie wykładu”, dostarczanie logicznych argumentów
- osądzanie, krytykowanie, dezaprobata, potępienie
- obrzucanie wyzwiskami, ośmieszanie
- chwalenie

Blokady komunikacji c.d.

- interpretowanie, analizowanie, diagnozowanie
- wypytywanie, indagowanie, „krzyżowy ogień pytań”
- odwracanie uwagi
- uspakajanie, okazywanie współczucia, pocieszanie



„Dosluchiwanie się” uczuć –

„Wyrażenie tego, co dziecko przeżywa ?”

*Panie daj mi odwagę,
by zmienić to,
co zmienić mogę.
Daj mi wewnętrzne opanowanie,
by pogodzić się z tym,
czego zmienić nie mogę.
Obdarz mnie mądrością,
abym umiał odróżnić jedno od drugiego.*

J. Dobson, *Jak budować poczucie własnej wartości w swoich dzieciach?*, Lublin 1993.

A. Faber, Mazlish E., *Wyzwoleni rodzice wyzwolone dzieci*, Poznań 1998.

T. Gordon, *Wychowanie bez porażek*, Warszawa 1998.

R. Campbell, *Twój nastolatek potrzebuje Ciebie*, Kraków 1991.

J. Eldredge, *Dziki serce - tęsknoty męskiej duszy*, Poznań 2001.

S. R. Covey, *7 nawyków szczęśliwej rodziny*, Poznań 2007.

www.akademia-rodziny.pl