

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Bunt nastolatka

Alina Strycharz

Miasto Bełchatów

24 marca 2010 r.

Organizatorzy



Miasto Bełchatów

Partner strategiczny

NBP

Narodowy Bank Polski

Bunt nastolatka

„W wojnie domowej linia ognia jest niewidoczna - przechodzi poprzez serca.”

Antoine de Saint-Exupery

Między 11-18 rokiem życia



- Pryszczata rebelia
- Bunt na pokładzie
- Burza hormonów



Między 11-18 rokiem życia

- Łzy
- Humory
- Sprzeczny, kłótnie - NIE
- Łamanie zakazów
- Ryzykowne towarzystwo
- Nadmierny krytycyzm
- Ryzykowne doświadczenia – używki, sex



Między 11-18 rokiem życia – próba diagnozy

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 interpersonalnych

Dylematy rodziców

- Prosić- wymagać ?
- Sprawdzać – zaufać ?
- Karać – wybaczać/ rozumieć ?
- Zabraniać –pozwalać ?
- Szukać kontaktu – wycofać się ?



Między 11-18 rokiem życia – potrzeby nastolatka

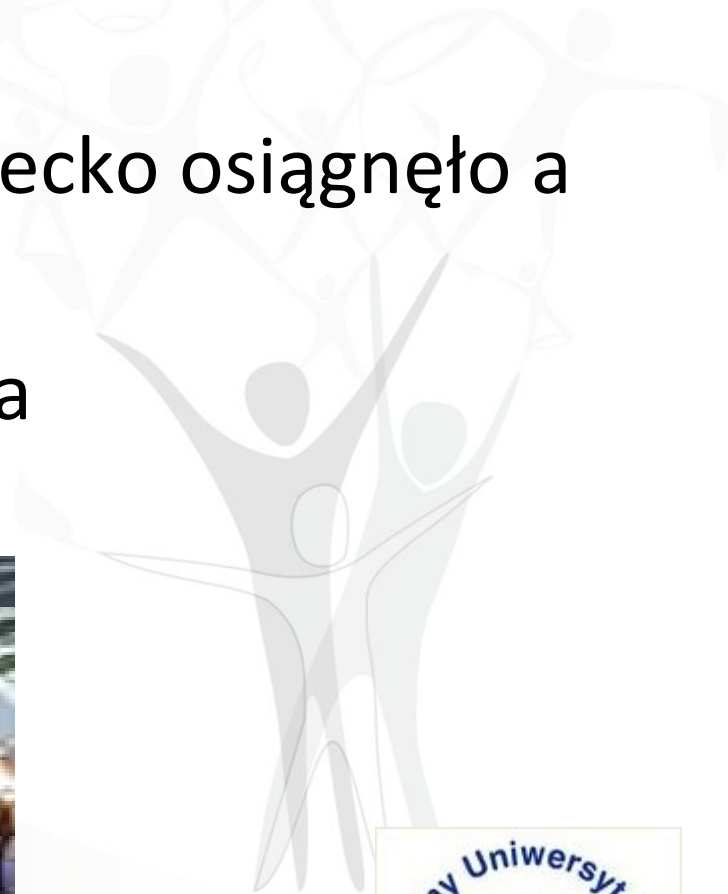


- Poszukiwanie tożsamości
- Budowanie poczucia własnej wartości
- Dojrzewanie fizyczne



Poczucie własnej wartości

- Różnica pomiędzy tym co dziecko osiągnęło a tym czego pragnie
- Poczucie globalnego wsparcia



Co pomaga?

- Odroczenie reakcji
- Próba wejścia w położenia
- Docenianie tego co można docenić
- Rezygnowanie z zakazów na rzecz stawiania warunków
- ...
-

Podstawowe zasady komunikacji

- Zasada akceptacji i miłości
- Zasada poszanowania i intymności
- Zasada wiarygodności
- Zasada współodpowiedzialności
- Zasada prośby
- Zasada pozytywnego bilansu interpersonalnego

Konstruktywne reakcje

- Informacja zwrotna
- Wyrażanie emocji
- Negocjacje
- Stawianie granic



Informacja zwrotna

- Reakcja na ignorowanie zasad – telefon.
- **Fakty** – opis zaistniałych, niekorzystnych faktów lub korzystnych faktów
- **Ustosunkowanie** – informacje o rozbieżności pomiędzy zachowaniem a ustaleniami (jeśli to negatywna informacja) lub poinformowanie o korzyściach wynikających z pożądanых zachowań (jeśli dajemy pozytywną informację). Możliwe jest ujawnienie tym etapie własnej postawy lub emocji wobec dziecka bądź omawianych faktów.
- **Oczekiwania** – może to być prośba lub polecenie.
Powiedz, czego oczekujesz w przyszłości.

Stawianie granic

- zastosuj informację zwrotną wraz z prośbą;
- wyznacz granicę „Nie życzę sobie....”;
- powiedz, co zrobisz jeśli zachowanie dziecka nie ulegnie zmianie;
- zrób to.



Wyrażanie emocji

- Komunikat JA
- Nazwanie emocji
- Spójność przekazu werbalnego i niewerbalnego

Jestem zła zamiast - złościsz mnie...

Jest mi przykro zamiast – jesteś podły..



Negocjacje

- Koncentruj się na interesach nie na stanowiskach
- Nazywaj problem – Co...? Jak....?
- „Miętko” do dziecka „twardo” do problemu

*Co możemy zrobić abyś mógł bawić się
dobrze na imprezie a ja była spokojna o twoje
bezpieczeństwo?*