

# 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, polecanie, komenderowanie
- ostrzeganie, grożenie
- moralizowanie, „głoszenie kazań”
- doradzanie, sugerowanie, proponowanie rozwiązań

## Blokady komunikacji

- pouczenie, „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](http://www.akademia-rodziny.pl)**