

### **Dobry rodzic- jaki.....**

*Dom*, jak pisze o nim D. W. Winnicot jest punktem wyjścia. Rodzice warunkują powodzenie dziecka w nauce, ale także jego poczucie szczęścia i zadowolenie z siebie. Stan umysłu dorosłego wpływa na jego zachowanie, natomiast zachowanie rodzica kształtuje dziecko. W oparciu o tę koncepcję można stwierdzić, że rodzic musi dbać o siebie, o własne samopoczucie. To jest pierwszy krok ku dobremu wychowaniu. Wystarczająco dobry rodzic to taki, który potrafi się sobą zaopiekować. I tej samoopieki i dbania o siebie w różnych sytuacjach uczy własne dzieci. W rodzinie wszystko się zaczyna. Rodzice mogą wyposażyć dziecko w różne życiowe prezenty, na których będzie on mógł budować swoje dorosłe życie. Rodzic jest modelem. Aktualnie dyskutuje się na gruncie psychologii i neurologii na temat neuronów lustrzanych. To jest takie uczenie się poprzez odczuwanie, podpatrywanie. To co nazywa się intuicyjnym uczeniem się i postępowaniem, znajduje już naukowe wyjaśnienie. Ktoś kiedyś powiedział szczęśliwy rodzic wychowuje szczęśliwe dziecko, rodzic depresyjny dziecko smutne, rodzic złoścący się wychowuje dziecko lęklive. Jeden ze znanych polityków napisał w niedawno wydanej książce, że był szczęśliwym dzieckiem, bo miał piękną i mądrą mamę. W oczach swojej mamy widział, że jest wspaniałym synem. Widział w jej oczach akceptację siebie.

### **Dobra szkoła- jaka.....**

Kolejnym ważnym środowiskiem, które ma również dużą sprawczość w kształtowaniu osobowości dziecka, jest szkoła. Bardzo istotne jest dbanie o komfort psychiczny nauczycieli i ich wszechstronną edukację. Nauczyciele często są osobami zachęcającymi rodziców do konsultacji w naszej poradni. Przyjmujemy uczniów tylko na zgłoszenie rodzica lub samego zainteresowanego jeśli jest on pełnoletni. Nie ma jeszcze takiej samoświadomości i pewnej mody w środowisku nauczycieli, że sam nauczyciel może także zwrócić się do specjalisty o pomoc. Gdy boli mnie głowa idę do neurologa, gdy mam problem ze skórą idę do dermatologa, a jeśli czuję że mam skłębione emocje i poczucie np. nerwowości to idę do psychologa czy psychoterapeuty. Coraz częściej w mediach jest obecne określenie coaching. Na który w naszych warunkach finansowych mogą sobie pozwolić raczej ludzie pracujący w sektorach prywatnych. Specyfika polskiej szkoły będzie jednak chyba coraz częściej mobilizowała polskich nauczycieli do korzystania z różnych usług psychologicznych w celu rozwijania kompetencji zawodowych. Mamy dobrze wykształconych nauczycieli, jednak aktualna problematyka dzieci i młodzieży stawia przed dorosłymi bardzo wysokie wymagania.

### **Dobry dorosły- jaki.....**

Zasoby, które warto mieć w sobie to przede wszystkim dobra samoocena, umiejętność nawiązywania relacji z innymi oraz zaufanie do siebie, które jeden z psychologów społecznych zajmujący się właśnie coachingiem opisał w taki sposób: dam sobie radę a jak

się przewrócę, to się podniosę, a jak się nie podniosę to sobie poleżę. Nie jesteśmy jednak swoim dzieciom dać wszystko i to też nie o to chodzi, bo przecież dzieci muszą się frustrować, zmierzać się z rozwojowymi trudnościami oraz adaptować się do niepowodzeń. Na tym też polega rozwój cywilizacji, że jajo staje się mądrzejsze od kury, bo jest bogatsze o jej doświadczenie. I kryzysy rozwojowe są nieuniknione. Może na koniec odwołamy się do takiej bardzo obrazowej przypowieści z książeczki Pellegrino zatytułowanej „ Jak wychowywać dzieci”

*Jak się ma cztery lata- tata wie wszystko.*

*Jak się ma osiem lat- tata wie prawie wszystko.*

*W wieku piętnastu lat- tata nie wie pewnych rzeczy.*

*W wieku dwudziestu lat- tata nic nie rozumie.*

*W wieku trzydziestu lat- proszę mojego tatę o radę.*

*W wieku czterdziestu lat- och, gdybym słuchał mojego taty.*

*W wieku pięćdziesięciu lat- och, gdyby mój tato jeszcze żył!*

Życie jest takie zaskakujące.

Artykuł opracowany na podstawie audycji radiowej wrzesień 2014r.

Osoby prowadzące: Tadeusz Chrzan, Agnieszka Kamińska, Joanna Starzecka