



Socjalizowanie emocji

Zbyt wielu rodziców uważa, że ich dzieci będą tylko wtedy szczęśliwe, kiedy wszystkie ich marzenia oraz zachcianki będą natychmiast spełnione. Często jest to podświadoma rekompensata niespełnionych pragnień z własnego dzieciństwa. Tymczasem dzieci, które mają mnóstwo zabawek, najnowszy sprzęt sportowy, markowe ubrania i gadzety wcale nie wydają się radosne i wdzięczne, ale przeciwnie często są znudzone, sfrustrowane i niezadowolone z życia.

Po pierwsze – na co zwraca uwagę Arhibald Hart w swej książce „Twoje dziecko i stres” – wszelki nadmiar stresuje.

Po drugie – rodzice ci nieświadomie odbierają dzieciom marzenia.

Po trzecie – i najważniejsze – źródłem prawdziwego szczęścia dla dziecka nie są rzeczy, ale miłość rodziców, wyrażona poświęcanym mu czasem, cierpliwością, wsparciem, wiarą w jego umiejętności oraz możliwości.

Nie osiągnie trwałego szczęścia ktoś, kto biernie na nie czeka. Szczęściu trzeba wyjść naprzeciw. W jego osiągnięciu pomagają praca i samodoskonalenie się, wytrwałość, odwaga i wiara- a to wszystko jest w naszych rękach (I.Koźmińska E.Olszewska 2014,s.160).

W procesie uspołeczniania działań dziecka ważną rolę odgrywają dwa czynniki, jeden określa poziom gotowości do samokontroli, drugi to jakość sytuacji wychowawczej. Wzrost gotowości dziecka do samokontroli w pewnym względzie powinno pociągać za sobą zwiększenie zakresu jego swobody, w działaniu i odwrotnie brak samokontroli prowadzi będzie do zwiększenia kontroli zewnętrznej nad działaniami dziecka. Kontrola taka jest wyrazem troski i służy do budowania gotowości dziecka do samodzielnego działania. Kontrola ze strony rodziców powinna być związana z organizowaniem sytuacji wychowawczych takich, które dostarczają dziecku informacji o działaniach właściwych w danym obszarze. Codzienne przebywanie z dzieckiem, czytanie mu bajek, rozmowa, wspólne wycieczki to tylko niektóre ze sposobów uprzyśtępniania dziecku w wieku przedszkolnym podstawowej wiedzy o świecie i o właściwych sposobach działania w nim. Nauka odbywa się tu poniekąd przy okazji, lecz sukcesywnie w przebiegu codziennych czynności.

Tym co stanowi podstawowe zagrożenie dla skuteczności takich oddziaływań to dystans psychiczny i fizyczny między dzieckiem a jego rodzicami. Brak czasu dla siebie, brak związku emocjonalnego, brak czasu do obcowania z sobą muszą doprowadzić do tego, że sposoby działania dziecka będą znacznie się od siebie różnić. Dziecko samo z siebie, kiedy nie ma okazji do podpatrywania swoich rodziców nie nauczy się działać w sposób społecznie właściwy (A Brzezińska 2007s.228).

Należy pamiętać, że wzorami działania dla dziecka są ci, z którymi przebywa ono na co dzień. Kiedy obok dziecka nie ma rodziców, a kiedy nasila się naturalna w tym wieku chęć bycia z kimś, kto go akceptuje zazwyczaj jest to starsze rodzeństwo lub kolega z podwórka. Niestety często jest tak, że to, co mają do zaproponowania małemu dziecku jest zbyt dalekie od wzorców postępowania według dorosłych. W ich propozycji wyraźnie bierze górę tendencja do działania po linii najmniejszego oporu, co prowadzi do rozwoju prostych i bardzo skutecznych i szybkich form zaspokajania własnych pragnień np. poprzez działania nie zgodne z prawem. Wiąże się to często z koniecznością zmiany formy działań dziecka jak również resocjalizacją zmianą jego osobowości.

Poziom samokontroli, która jest konieczna do osiągnięcia przez dziecko dojrzałości emocjonalnej zależna jest od indywidualnej relacji, w jakiej pozostają ze sobą jego potrzeby i kompetencje (A Brzezińska 2005s.229). Sprawność procesów samokontroli dziecka zależna jest nie tylko od jego potrzeb, ale i od charakteru społecznych oczekiwań. Tak więc o wartości zadania, przed którym stanie dziecko w zakresie samokontroli, o rzeczywistej adekwatności wytworzonych w wieku szkolnym kompetencji dotyczących samokontroli można mówić dopiero wtedy, gdy zostaną rozpoznane oczekiwania, które będzie miało w stosunku do dziecka, następane środowisko jego rozwoju- środowisko szkolne. Mówiąc o interakcji pomiędzy psychiką a funkcjonowaniem organizmu można wyróżnić bezpośrednie, kiedy dochodzi do zmiany poziomu odporności organizmu, lub pośrednie, które związane są w głównej mierze ze stylem życia. W pierwszym przypadku negatywne przeżycia, osłabiają wydolność immunologiczną organizmu (Pilecka 2011,.162). Zagadnieniem tym zajmuje się stosunkowo nowy dział nauki, jakim jest psychoneuroimmunologia. Dąży ona do ustalenia, jakie jest wzajemne oddziaływanie na siebie psychiki, układu nerwowego, odpornościowego i hormonalnego.

Co takiego się dzieje, że coraz więcej dzieci ma problemy i sprawia problemy? Czy dzieci rodzą się gorsze niż pięćdziesiąt lub trzydzieści lat temu?

Nie, dzieci rodzą się takie same, z takimi samymi potrzebami. Dorastają jednak w zupełnie innym świecie niż ich rodzice czy dziadkowie. Otrzymują coraz mniej tego, co jest im niezbędne do zdrowego rozwoju: czasu i miłości rodziców, stymulacji intelektualnej, kontaktów z wysoką kulturą i pozytywnych wzorców zachowań.

Potrzeby emocjonalne – psychiczne, umysłowe, i moralne są zaniedbywane. Dzieci poddawane są wszechobecnej demoralizacji (I.Koźmińska E.Olszewska 2014,.16). W przestrzeni dziecka jest coraz więcej tego, co szkodliwe: samotności, skierowanej przeciwko nim przemocy, przykładów agresji i prostactwa. Jednym słowem antywzorców. Fundament pod styl myślenia i tym samym pod poczucie szczęścia lub jego braku kładzie dom rodzinny.

Kiedy dziecko będzie czuło się w domu bezpiecznie będzie akceptowane i kochane, umocni się w nim poczucie sensu i radości życia. Wyniesione z domu samo uznanie i optymistyczny styl myślenia pozwolą naszemu dziecku skutecznie stawić czoło życiowym problemom (I.Koźmińska, E.Olszewska 2014,161). Zastąpmy więc siłowe metody wychowawcze perswazją, dobrym przykładem, wspólnymi zajęciami. Poświęconą dziecku uwagą i wyrozumiałością dla jego błędów, gdyż sami też jesteśmy nieomylni. Wymaga to czasu i cierpliwości, ale kładzie podwaliny pod siłę emocjonalną, optymizm i trwałe szczęście dziecka.

Opracowała: Beata Aust

BIBLIOGRAFIA

Brzezińska A „Psychologiczne portrety człowieka.”

Koźmińska I, Olszewska E „Z dzieckiem w świat wartości”

Pilecka W „Psychologia Zdrowia Dzieci i Młodzieży,