

na

PRZE ÓR

Nr 1/2013



Ucz się, ucz, nauka
to potęgi klucz!

strona 6

Jak rozmawiać z
własnym dzieckiem?

strona 10

Agresja wśród młodzieży

strona 3

SPIS TREŚCI

Emocje

Agresja wśród młodzieży - str. 3
Agata Krzemińska

Nauka

Ucz się, ucz, nauka to potęgi klucz! - str. 6
Agnieszka Wojciechowska

Komunikacja

Jak rozmawiać z własnym dzieckiem? - str. 10
Iwona Siuchnińska

Tematy pomijane

Euro ważniejsze od dziecka - str. 12
Beata Tapała - Krysiak

W zagubieniu

Trudne wkraczanie w dorosłość - str. 15
Ewelina Kociolczyk

Samotność

Wolę patrzeć na lecącą krew niż czytać... - str. 18
Grzegorz Kłos

WYDAWCA:

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna
w Łodzi.

Pismo zredagowane przez studentów
Uzupełniających Studiów Magisterskich,
I roku Pedagogiki.

REDAKCJA: Łódź, ul. Rewolucji
1905r nr 64, 90-222 Łódź.

REDAKTOR NACZELNA:

Agnieszka Wojciechowska;

WINIETA:

Grzegorz Kłos;

GRAFIKA I FOTOEDYCJA:

Agnieszka Wojciechowska;

ZESPÓŁ: Ewelina Kociolczyk,
Grzegorz Kłos, Agata Krzemińska,
Iwona Siuchnińska, Beata Tapała-
Krysiak, Agnieszka Wojciechowska.

OPIEKA MERYTORYCZNA:

mgr Andrzej Zbonikowski.

Z przekorą do przodu



foto: A. Wojciechowska

Jak mawia stare porzekadło: małe dziecko – mały kłopot, duże dziecko – wie każdy, kto na co dzień zmagasz się z trudami wychowania nastolatka. Wiek dorastania sprawia, że „strony świata” dzieci i rodziców rozchodzą się w nieznanym kierunku. Czasami mamy problem, aby znaleźć między sobą nić porozumienia. Dlatego powstał pomysł stworzenia gazety; wyjścia na przeciw dylematom i trudnościom, jakie pojawiają się w życiu codziennym. Tworzyliśmy ją głównie z myślą o rodzicach gimnazjalistów.

W tym celu przeprowadziliśmy badania ankietowe. Miały nam one wskazać, które z zaproponowanych tematów najbardziej interesują rodziców. Cztery z naszych publikacji były najczęściej wskazywanymi problemami przez ankietowanych. Jednak zdecydowaliśmy się na dwa szczególne tematy, które naszym zdaniem poruszają bardzo istotne problemy młodych ludzi, niedostrzegane przez dorosłych.

Wszystkie zagadnienia opisane są w sposób jak najbardziej przystępny, co nie oznacza,

że brak w nich profesjonalizmu. W trakcie prac nad tekstami wspomagał nas wiedzą i doświadczeniem psycholog, mgr Andrzej Zbonikowski. Wśród nas – czyli redakcji – także są obecni rodzice, dlatego w pracę nad projektem włożyliśmy oprócz wiedzy, dużo zapału i serca.

Oddajemy w Państwa ręce pierwszy, i miejmy nadzieję nie ostatni, numer pisma „Na przekór”, który chcielibyśmy wydawać kwartalnie. Zawiera on dużo cennych wskazówek i porad, jak poprawić relacje z nastolatkami. Mamy nadzieję, że lektura niniejszego pisma będzie miłą przygodą.

Zapraszamy do współtworzenia naszej gazety, poprzez przesyłanie na adres redakcji: naprzekor@onet.pl

Redaktor naczelna

Agnieszka Wojciechowska



foto: www.pixnac.pl/autor: Zoe Biggs

AGRESJA WŚRÓD MŁODZIEŻY

W ostatnich latach przejawy agresji wśród młodzieży nie tylko przybierają coraz to bardziej drastyczne formy, nie tylko obniża się wiek sprawców, ale i sama liczba chuligańskich wybryków. Zmieniło się również miejsce; teraz młodzież nie ogranicza się do różnego rodzaju agresywnych ataków wywołanych na ulicy. Coraz częściej słyszy się o agresji w szkole, zarówno w stosunku do innych uczniów, jak i nauczycieli. Jakże są tego przyczyny? Skąd bierze się agresja i czym tak naprawdę ona jest? Czy zachowania agresywne są nabytą czy raczej wrodzoną skłonnością człowieka?

Dobro i zło

Agresja jest dość skomplikowanym i trudnym do sprecyzowania zagadnieniem. Rozważania na jej temat już od wieków podejmuje wielu myślicieli i pedagogów. Jej pochodzenie i charakter związany jest z zagadnieniem dobra i zła w naturze człowieka. Ale czy nie jest tak, że każdy z nas jest inaczej wychowywany, inaczej nauczany, że każdy z nas ma inną definicję tego, co dobre a co

złe? Oczywiście, nie są to w każdym przypadku różnice diametralne, ale jednak każdy przejmując od rodziców inne wyobrażenie na ten temat.

Zacznijmy od tego, czym jest agresja. Słowo „agresja” pochodzi od łacińskiego określenia „agressio”, które oznacza napad. Agresja jest zamierzonym działaniem, które ma na celu wyrządzenie szkody i spowodowanie utraty cenionych społecznie wartości; jest to zadanie bólu fizycznego lub spowodowanie cierpienia moralnego. Są to podejmowane przez ludzi wszelkie czynności, które stanowią zagrożenie lub powodują szkody w fizycznym, psychicznym, ale i społecznym dobrostanie innych osób. Należy podkreślić, że jest to umyślnie działanie na szkodę jednostki, którego w żaden sposób nie można społecznie usprawiedliwić. A więc w skrócie, jest to świadome działanie, w wyniku którego wyrządza się komuś lub sobie krzywdę fizyczną lub psychiczną.

Agresja jest do tego stopnia zróżnicowanym zjawiskiem, że są różne jej rodzaje. Jest agresja

fizyczna, która ogranicza się tylko do napaści fizycznej, czyli atakowanie z broni palnej, wszczynanie bójki czy ataki poprzez używanie różnych przedmiotów. Agresja słowna z kolei jest o tyle mniej niebezpieczna, iż polega na napaści słownej, tj. poprzez obrzucanie wyzwiskami, obelgi, groźnie, dokuczanie. Agresja pośrednia to atakowanie niepoprzedzone konfrontacją bezpośrednią, czyli plotkowanie, podburzanie do agresji, zniesławianie. Jeszcze inny rodzaj to autoagresja, czyli agresja wymierzona przeciwko samemu sobie, czyli samookaleczanie, nadmierna samokrytyka, a nawet próby samobójcze.

Gimnazjum – okres dorastania

Dziecko uczy się najważniejszych zachowań społecznych pomiędzy trzecim a dziesiątym rokiem życia. Pierwszym i najważniejszym dla dziecka miejscem, które kształtuje jego osobowość, jest rodzina. Z czasem jednak krąg ten ulega powiększeniu, obejmując znajomych i najbliższe środowisko. To właśnie zebrane w tym okresie

doświadczenia wraz z cechami osobowości dziecka stanowią o umiejętności podejmowania i utrzymywania kontaktów z innymi ludźmi. Młodzież, która uczy się w gimnazjum w wieku 13-16 lat, to uczniowie znajdujący się w okresie dorastania. Do tej szkoły przyszli z wielu różnych szkół podstawowych i po raz pierwszy tworzą wspólnie zespoły klasowe. Okres dorastania to czas zmian psychicznych, czas kształtowania się osobowości. To dlatego młodzież gimnazjalna jest szczególnie narażona na niebezpieczeństwo. Wynika to z charakterystycznego dla tej grupy wiekowej jeszcze niewielkiego zakresu wiedzy, nadmiernej ufności, ciekawości, braku wyobraźni, nieostrożności wobec sytuacji, które mogą zagrażać ich zdrowiu i życiu. Duże znaczenia ma również fakt, iż nie wszyscy rodzice przykładają należyłą uwagę do spraw dotyczących bezpieczeństwa swoich dzieci. Niejednokrotnie ich wiedza jest niewystarczająca, ale i brak czasu nie pozwala w pełni zabezpieczyć dziecko przed ewentualnymi zagrożeniami.

Często obserwujemy bardzo pozytywne przykłady powstawania więzi przyjacielskich, wzajemnej pomocy, odpowiedzialności za swoje postępowanie. To cechy, które z pewnością zaprocentują w dorosłym życiu. Jednak obok takich postaw kształtują się wśród części młodzieży cechy niepożądane, które w przyszłości mogą przerodzić się w społecznie negatywne – przemoc, agresję. Nie zawsze miejscem ich powstawania jest szkoła, jednak to właśnie tam najczęściej obserwujemy efekty zaburzeń w zachowaniu grupy uczniów będących odchyleniem od normy.

Skąd bierze się agresja?

Agresja wśród młodzieży gimnazjalnej może być wynikiem braku przystosowania się do życia w społeczności klasowej. Podłoża agresji należy też doszukiwać się we wcześniejszych

doświadczeniach dzieci, tak w życiu rodzinnym, jak i kontaktach z rówieśnikami. Na pewno wpływ na agresywną postawę dzieci ma sposób ich wychowania przez rodziców. Brak uczucia, szacunku i życzliwości w rodzinie, tolerowanie negatywnego zachowania się dziecka, bądź nadmierne stosowanie kar może być źródłem narastania wewnętrznych napięć wyrażanych później właśnie przez agresję. Stwierdzono również występowanie tych stanów u dzieci pochodzących z rodzin patologicznych, gdzie występują kłótnie między małżonkami lub istnieje problem alkoholizmu jednego lub obojga rodziców.

Jedną z głównych przyczyn agresywnych postaw upatrujemy w trudnościach w nauce. Różnica między oczekiwaniami pedagogów i rodziców a możliwościami intelektualnymi młodego człowieka powoduje nasilenie obronnej postawy, której wynikiem jest agresja.

Wszechobecny kult konsumpcyjnego podejścia do życia, ciągle dążenie do zaspokajania coraz większych potrzeb materialnych, stawia na podium postawy i osoby silne. Niejednokrotnie w mediach kreowany jest wizerunek człowieka dochodzącego do sukcesu drogą podstępny i przemocy. Kult pieniądza wpływa na tworzenie się u dziecka przekonania, że najważniejszą w życiu rzeczą jest „mieć”.

Niewłaściwe oddziaływanie środków masowego przekazu ma również dość duże znaczenie. Dzieci i młodzież są bardzo podatne, wręcz chłonną wszelkie wiadomości płynące do nich z telewizji, a nie są wyposażone jeszcze w mechanizm obronny, który potrafiłby przefiltrować otrzymane informacje i wybrać tylko te, które są wartościowe. Niestety, wszelkie filmy są emitowane w godzinach największej oglądalności, czyli wtedy, kiedy dzieci mają do nich dostęp. A tam pre-

zentowana jest cała gama negatywnych zachowań: przemoc, spryt, okrucieństwo i tytułowa agresja. Nie mniejsze zagrożenie stwarzają często filmy przeznaczone dla najmłodszej widowni, animowane, pełne brutalnych scen ukazujących w realistyczny, a nawet wynaturzony sposób, bijatyki z okrucieństwem.

Innym powszechnie dostępnym dla dzieci źródłem, które przepełnione jest przemocą, to komputer i gry komputerowe. Żyjemy w czasach, gdzie komputer przestał być dobrem wyższego rzędu, a stał się dobrem powszechnym. Prawie w każdym domu jest komputer. I jest on dostępny dla wszystkich domowników. Rodzice, często błędnie, są przekonani, że gry komputerowe rozwijają zdolności dziecka. Wtedy w nagrodę lub z braku czasu dla własnych pociech kupują im bez zastanowienia gry. I faktycznie, trudno się nie zgodzić, że potrafią one uczyć. Niestety jednak, nie rozwijają tylko pozytywnych cech, ale także i negatywne. Dzieje się tak dlatego, iż rodzice często zapominają o tym, że to oni powinni sprawować pieczę nad tym, jakie treści docierają do dziecka, a więc to oni powinni najpierw zapoznać się z treścią gier, które podsuwają swoim dzieciom. I choć z pozoru ta rozrywka jest niewinna, bo odbywa się na ekranie komputera, to jednak często angażuje emocjonalnie dziecko w przeżywanie przemocy. Dziecko utożsamia się z bohaterami gier, a często są to bohaterowie, żyjący wśród potworów lub w czasach wojny, gdzie jedynym wyjściem na przeżycie jest zabijanie. Dzieci słabsze psychicznie mają później problem z oddzieleniem świata realnego od świata gry; bezkrytycznie przyswajają złe zachowania swojego bohatera.

Sposób, w jaki młodzi ludzie odnoszą się do siebie, rodziców czy ludzi starszych, z pewnością w dużym stopniu wynika również z telewizyjnych wzorców. Oglądając telewizję uczą się zachowań poprzez obserwację ludzi na ekranie. Oczywiście, nie ma pewności, że każde dziecko oglądające przemoc na ekranie będzie naśladować i przenosić swoje doświadczenia z rzeczywistości filmowo - komputerowej do realnej. Jednak znany jest pogląd, iż pozostają one w pamięci dziecka i mogą kiedyś dać o sobie znać.

Nie mniejszy wpływ ma grupa rówieśników. Często wystarczy obserwacja kogoś agresywnego, by w nas samych wywołać bardziej agresywne zachowanie. Prawdopodobieństwo występowania naśladowania jest wyższe, jeżeli bardziej pozytywnie oceniany jest model. W grupach rówieśniczych chłopcy oceniani jako silni i wytrzymali funkcjonują jako osobnicy godni podziwu i zazdrości. Podobne zachowania są wśród dziewcząt, postrzeganych, jako atrakcyjne, pewne siebie, chętnie naśladowane. Jeżeli któryś z tych modeli staje się sprawcą przemocy, np. zabiera przedmioty, popycha kogoś, wygłasza złośliwości, jest bardzo prawdopodobne, że znajdzie naśladowców.



Ważnymi czynnikami sprzyjającymi występowaniu agresji są akceptacja ze strony grupy, brak reakcji ze strony dorosłych i pozostawienie aktów przemocy bez kary oraz anonimowość, brak odpowiedzialności z uwagi na fakt, iż działa się w grupie.

Plotki, zastraszanie i groźby

Można wyróżnić różne przejawy agresji ze strony młodzieży. Najczęściej jest ona skierowana do grupy rówieśników. Przejawia się na różne sposoby, od tych najbardziej łagodnych jak plotkowanie, dowcipy, ośmieszanie poprzez zastraszanie, bicie, groźby, czy zmuszania do palenia, picia, brania narkotyków. Jednak na tym agresja się kończy, często bowiem skierowana jest także do rodziców. Dzieci izolują się wtedy od domu rodzinnego, są aroganckie, często uciekają się także do wyzwisk w stosunku do rodziców. Ostatnio obserwuje się wzrost agresywnych zachowań nie w stosunku do rówieśników, ani do rodziców, ale w stosunku do nauczycieli. Wulgaryzmy czy groźby to nie wszystko, zdarzają się przypadki przemocy fizycznej i to niestety coraz częściej.

Ofiarami przemocy stają się uczniowie wrażliwi, spokojni, nadmiernie ostrożni, po których widać, iż nie mają poczucia bezpieczeństwa. Często cierpią na niską samoocenę, źle postrzegają siebie, są bierni i ulegli, często do tego stopnia, że bardzo długo nie są w stanie odnaleźć w sobie tyle siły, by komukolwiek powiedzieć o atakach. Rzadko zdarzają się tzw. osoby prowokujące, czyli takie, które swoim zachowaniem same wywołują agresję u innych.

Z kolei agresorami, sprawcami przemocy są osoby bardzo silne, nie tylko fizycznie, ale także i psychicznie. Charakteryzuje ich impulsywność oraz silna potrzeba dominowania nad pozostałymi, ale także postawa antyspołeczna i brak dyscyplinowania. Jeśli są to chłopcy, to zdecydowanie należą do najsilniejszych w grupie.

Jak z nią walczyć?

W celu zapobiegania i zwalczania agresji wśród dzieci i młodzieży należy dokładnie poznać jej przyczyny i mechanizmy powstawania, stworzyć wspólny front działania obejmujący rodziców, nauczycieli, uczniów i lokalne środowisko. Szczególna rola przypada placówkom oświatowym.

Obserwując narastającą przestępczość nieletnich, chuligaństwa, znieczulenia na cudzą krzywdę uświadamiamy sobie konieczność podjęcia działań profilaktycznych, zapobiegających takim negatywnym zjawiskom społecznym. W związku z tym wzrasta potrzeba większego zainteresowania się dziećmi, które w stosunkach z otoczeniem wykazują cechy niedostosowania społecznego, mają trudności

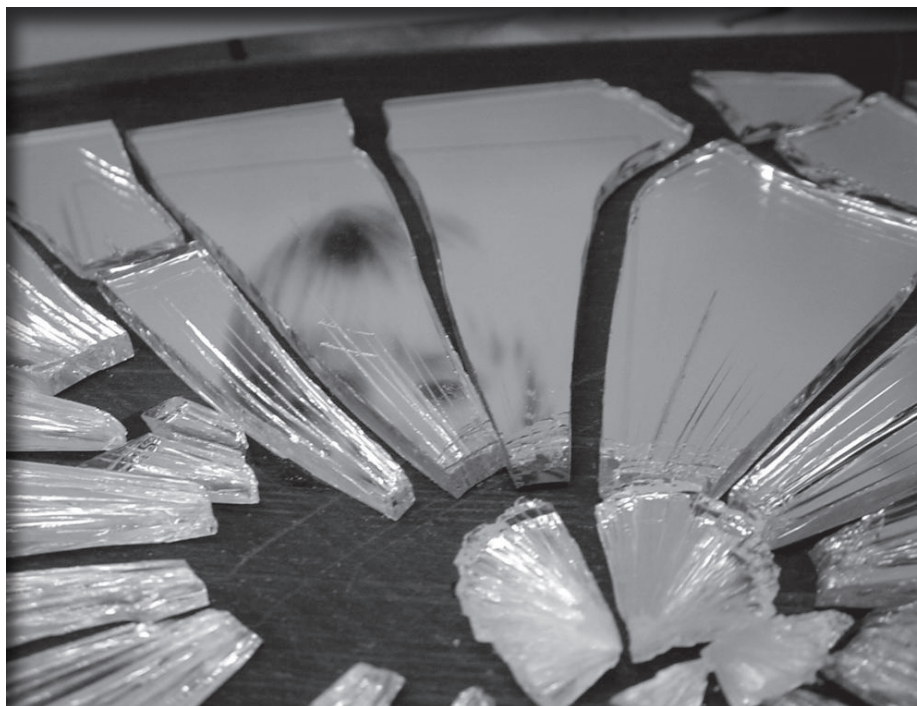


foto: www.pixnne.pl/autor: Mart Selby

w kontaktach z rówieśnikami, zbyt często zachowują się agresywnie. Wczesna interwencja nauczyciela czy wychowawcy już podczas pierwszych przejawów agresywnego zachowania wobec rówieśników nieumiejących się samodzielnie obronić, mogłaby skutecznie ustrzec przed poważniejszymi, bardziej odległymi konsekwencjami wychowawczymi.

Niejednokrotnie zauważalny brak reakcji ze strony opiekunów na występujące w ich obecności akty agresji, ignorowanie skarg dzieci (ofiar agresji) wywołują poczucie bezkarności i sprzyjają szerzeniu się agresywności wśród uczniów. Sprzyja temu również pomijanie tematu agresji w rozmowach z klasą, grupą, jak i rodzicami. Przeciwdziałanie agresji wśród młodzieży jest rzeczywiście bardzo trudne i nie zawsze kończy się sukcesem. Najważniejsze jest, by nigdy nie rezygnować z podejmowania wysiłków.

Do najtrudniejszych sytuacji należą zwykle te, gdy dziecko staje się ofiarą przemocy ze strony przeważającej siły kolegi bądź grupy kolegów. Wsparcie rodziny oraz interwencja w postaci rozmowy z nauczycielami, wychowawcami są wówczas niezbędne. Nie można czekać, aż problem sam zniknie. Raczej skomplikuje się i urośnie do rozmiarów trudnych do rozwiązania, nawet dla dorosłych. Równie mocne wsparcie należy się dziecku, które samo zachowuje się agresywnie wobec innych, zwłaszcza słabszych. Spokojna rozmowa, w której okażemy ciepło i zrozumienie dla jego trudności w radzeniu sobie z przykrymi stanami emocjonalnymi oraz stanowczość w domaganiu się zaprzestania takich zachowań, zapewniają lepszy wpływ wychowawczy niż jakakolwiek kara. Aby skutecznie przewyciężyć agresję należy dostosować

do niej odpowiednie środki oddziaływania pedagogicznego.

Przeciwdziałając agresji frustracyjnej należy ustalić, które potrzeby uległy blokadzie powodując wystąpienie zachowań agresywnych oraz rozważyć możliwość ich zaspokojenia, np. zmienić metody wychowawcze, jeżeli w skutek otrzymywanych kar fizycznych, dziecko zachowuje się agresywnie. W zapobieganiu agresji naśladowczej, istotne znaczenie ma zabezpieczenie dzieci przed szkodliwym wpływem modeli agresywnego zachowania, np. ograniczyć oglądanie filmów ukazujących obrazy agresji. Środkiem zapobiegającym agresji instrumentalnej może być wykazanie jej nieskuteczności lub negatywnych jej konsekwencji. Zapobieganiu tej agresji służy także wytworzenie właściwych postaw społecznych oraz związanej z nimi hierarchii wartości. W przypadku agresji patologicznej powinno się zapewnić jednostce odpowiednią opiekę lekarską, gdyż samo oddziaływanie wychowawcze nie przynosi wtedy pożądanych rezultatów.

Dobra organizacja pracy wychowawczej, skuteczne zapobieganie przejawom wzmoczonej agresji u dzieci, właściwe postępowanie z dzieckiem, które można już nazwać agresywnym – wymaga oprócz ogólnej orientacji w problematyce dotyczącej zachowania agresywnego, zrozumienia zasadniczych mechanizmów psychologicznych rządzących dziećmi. Ważne jest, aby na żadnym etapie pojawienia się i rozwoju problemu, nie bagatelizować różnych sygnałów, czy to ze strony naszych dzieci, czy ze strony nauczycieli. Każdy problem da się rozwiązać, tylko najpierw trzeba dostrzec jego istnienie.

Agata Krzemińska



foto: www.pixmac.pl/autor: Sebastiaan ter Burg

**Ucz się, ucz,
nauka to
potężni klucz!**

W dobie nieustannych kryzysów i braku perspektywy w zatrudnieniu nie można dziwić się rodzicom, że brak chęci do nauki własnego dziecka spędza im sen z powiek. Od wykształcenia, jak również od umiejętności, zależy w przyszłości poziom życia młodej osoby. Zadanie to jest o tyle trudne, że w wieku dojrzewania kumulują się inne problemy związane z „burzą hormonów”, jaką przechodzi nastolatek. Troska rodziców jest w pełni zrozumiała.

Dziecko przychodzi na świat z wrodzoną ciekawością świata. Przez pierwsze lata życia z niebywałą dociekliwością bada wszystko dookoła, poznaje otaczającą go rzeczywistość i nieustannie zasypuje rodziców pytaniami. Więź wytworzona między dzieckiem a rodzicem ma charakter niespotykany. To właśnie rodzic, jako pierwszy autorytet na świecie, pokazuje dziecku świat, tłumaczy znaczenie słów i niezrozumiałe dla niego zjawiska. Zaspokaja tę dziecięcą ciekawość, która dobrze pielęgnowana, rozwija się.

SIŁA, KTÓRA POPYCHA DO DZIAŁANIA

Wraz z rozpoczęciem edukacji tę rolę po części przejmuje szkoła i nauczyciele. I tu pojawiają się pierwsze problemy. Rodzice często usuwają się w cień myśląc, że dalszą edukacją dziecka zajmą się wyłącznie placówki dydaktyczne.

Nauczyciel natomiast nie jest w stanie nawiązać z każdym dzieckiem takiej interakcji, jak rodzic. Ma pod opieką nie jednego, lecz wielu uczniów i jest ograniczony czasem. Po pierwszych latach nauki owa ciekawość otaczającego nas świata zaczyna słabnąć. Bez wsparcia rodziców nie uda się rozwinąć w dziecku zainteresowań, a co za tym idzie, wyuczyć w nim nawyków obowiązkowości i systematyczności. Co jest w takiej sytuacji potrzebne? Motywacja. Ale czym właściwie ona jest i jak ją wykorzystać, by sprawić, że nasze dziecko zapala miłością do nauki?

Najbardziej zrozumiałą definicję motywacji przedstawia psycholog, profesor Jan Strelau. Wg niego „*motywacja to proces wewnętrzny, wyznaczający kierunek działania nastawiony na osiągnięcie określonego celu.*” Motywacja jest w pewnym sensie formą gotowości do rozpoczęcia konkretnych działań i doprowadzenia do końcowego rezultatu. Wśród czynników, które motywują człowieka do działania, występują dwie grupy: bodźce wewnętrzne i zewnętrzne.

Z ZEWNĄTRZ CZY OD ŚRODKA?

Motywacja wewnętrzna to samoistna chęć do realizacji określonych zadań. Wynika z zainteresowań dziecka i z jego pasji. Charakterystyczne dla tego rodzaju motywacji jest to, iż działanie sprawia nam przyjemność

i satysfakcję. Ten rodzaj motywacji jest najsilniejszym bodźcem, który wzmacnia naszą pracę. To ona sprawia, że mamy energię, chęć i zapał. Każdy rodzic marzy o tym, by jego dziecko posiadało ten rodzaj motywacji. Niestety, człowiek nie rodzi się z tą umiejętnością, podobnie jak z innymi cechami, takimi jak wytrwałość czy cierpliwość. Te kwalifikacje nabywamy z wiekiem i nieoceniona jest w tym pomoc rodzica.

Z kolei motywacja zewnętrzna to wszystkie czynniki zewnętrzne, które mają pomóc w osiągnięciu celu. Do tego sposobu motywacji należy między innymi system ocen w szkole, ale nie tylko. Nagrody i kary stosowane w domu również należą do tego rodzaju motywowania. Czy przynoszą one taki sam skutek jak motywacja wewnętrzna? Nie do końca, ale gdy mamy w domu dziecko, które w ogóle nie myśli o nauce, techniki motywowania zewnętrzne bywają pomocne, pod warunkiem, że będziemy potrafili umiejętnie je zastosować.

Mechanizmy nagród i kar opierają się na wzmocnieniach. Wyróżniamy dwa ich rodzaje. Pierwsze to wzmocnienie dodatnie, polegające na stosowaniu nagród. Ma ono kojarzyć się ze zdobyciem czegoś przyjemnego. Do drugich należą wzmocnienia ujemne, czyli kary, rozumiane jako stratę czegoś bardzo pożądanego. Zarówno kary, jak i nagrody, trzeba stosować z zachowaniem świadomości, jak działają.

Mysli poplątane

NASTOLATKA

Wszystko jest nie tak. Siedzę nad pustą kartką i próbuję sklecić wypracowanie. I będę tu pewnie do samego wieczora, bo mam szlaban. Myślę o wszystkim, tylko nie o historii. Dzisiaj pokłóciłam się z Beatą. Zdradziła mnie a taka była z niej przyjaciółka! Wszystkim rozgadała, że całowałam się Piotrkim. Teraz cała klasa będzie się ze mnie śmiać. Nie chcę jutro iść do szkoły.

I jeszcze do tego wszystkiego mama... Ja interesuje tylko szkoła i oceny. A ja się już nie liczę. Ciągłe tylko ucz się, ucz się... Ile można się uczyć? Jakbym była jakimś robotem!

MATKA

Nie wiem już, co mam robić. Moja córka zupełnie nie chce się uczyć. Myśli o wszystkim, tylko nie o szkole. Cały czas powtarzam jej, że bez kwalifikacji czeka ją marna przyszłość. Dziś bez wykształcenia jest się nikim. Ona tego nie rozumie. Naukę traktuje jak największą karę. Już nie wiem, jakich argumentów mam używać. Wychowawca twierdzi, że jest bardzo zdolna, ale leniwa. Na konsultacje w szkole nie chodzę. Wysyłam męża, ale on też ma dość i nie chce wysłuchiwać uwag nauczycieli. Nagrody i kary nie przynoszą żadnych efektów. Z resztą, już wszystko jej zabrałam, łącznie z telefonem i Internetem. Jestem załamana. Kiedyś potrafiłyśmy rozmawiać, teraz to ja mówię a ona milczy.

Nagroda najlepiej działa wtedy, gdy jest nieprzewidywalna i różnicowana. Zawieranie z dzieckiem paktu, polegającego na tym, iż za odpowiednio wysoką ocenę dostanie wymarzony prezent nie jest dobrze pojętą nagrodą. Oprócz wyuczenia w naszym dziecku postawy rozszczeniowej, nie wzmacniamy jego wewnętrznej motywacji. Wprost przeciwnie. Kształtujemy w nim postawę, że uczy się dla osiągnięcia dóbr materialnych, a nie dla samego siebie. Nagroda z zasady powinna być niespodzianką i aby jej użycie przyniosło oczekiwany efekt, stosować należy ją w sposób zmienny (raz jest a innym nie).

Kara polega na odebraniu dziecku pewnych przywilejów, co ma skutkować zmianą zachowania. Stosowanie kary zawsze wiąże się z poczuciem stresu i zagrożenia. Dlatego jej efektem nie będzie wzrost motywacji wewnętrznej, a na tym przecież najbardziej nam zależy. Nie podważam stosowania kar, ale w tym przypadku należy zastanowić się, jakie skutki w zakresie motywowania mogą przynieść w przyszłości.

W momencie, gdy nastolatek pójdzie na studia, taka kara straci na znaczeniu, a motywacja wewnątrz pozostanie na tym samym, niskim poziomie.

CZASAMI ZDARZA SIĘ...

Jako rodzice niekiedy bagatelizujemy wyuczenie w dziecku pozytywnej postawy do nauczania i zdobywania wiedzy. To kluczowy czynnik, który pozwala młodym ludziom czerpać satysfakcję ze swoich osiągnięć. Do zabiegów, które pozwalają zaszczyć w dziecku chęć do zdobywania wiedzy, należą rozmowy na tematy naukowe prowadzone podczas wspólnie spędzonych chwil, wyprawy do muzeów, kin, filharmonii czy na wystawy. Każde z tych doświadczeń powoduje przemyślenia, pytania i własne obserwacje, które możemy wykorzystać do zgłębienia wiedzy.

Bywa, że postępujemy niewłaściwie. Nie zawsze robimy to w sposób świadomy. Jednak

zmysłowanie sobie błędów, jakie popełniamy pozwoli naprawić i odbudować podejście dziecka do nauki. Często „przewinieniem”, jakie mają na sumieniu rodzice, jest brak kontroli nad postępami w nauce lub zbytne skupianie się na ocenach. Systematyczny przegląd tego, z czym nastolatek radzi sobie dobrze a z czym ma kłopoty, pomoże wcześniej wychwycić wszelkie trudności. Pozostawiony sam sobie może nagromadzić zaległości, przez które dziecku będzie znacznie trudniej. Ocenę, jako przyjęty w polskim szkolnictwie system kar i nagród, są istotne, lecz wiedza zdobywana podczas uczenia się zdecydowanie ważniejsza. Dążenie za wszelką cenę do tego, by nasza pociecha miała najwyższe oceny, prowadzi niejednokrotnie do tego, że zaczynamy dziecko traktować instrumentalnie. Dobrze byłoby, aby w parze z wynikami w nauce wzrastała faktyczna wiedza.

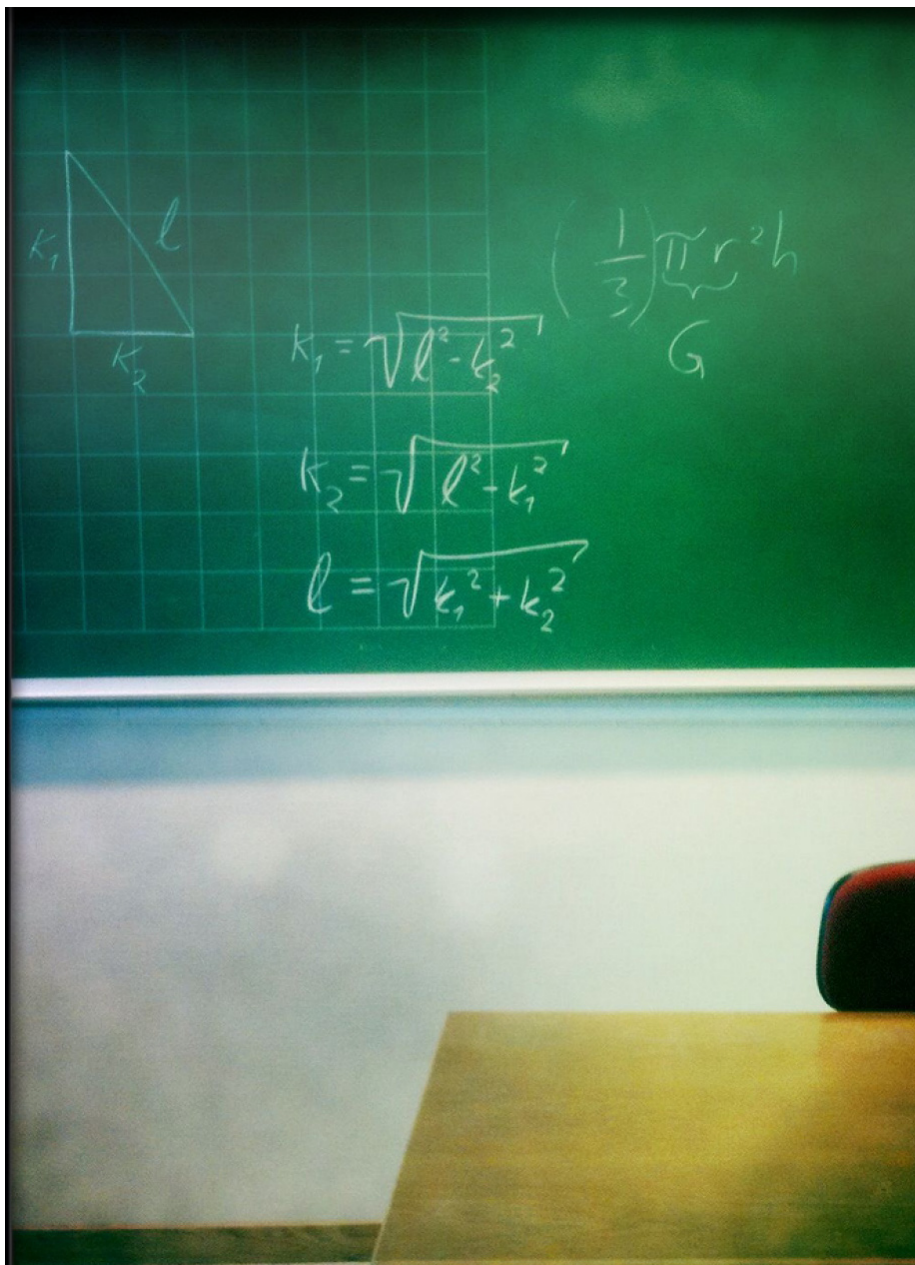
Coraz bardziej widoczny jest problem podważania kompetencji nauczycieli. Choć rodzicom nie zawsze mogą podobać się metody nauczania i system oceniania poszczególnych pedagogów, rozmów na te tematy nigdy nie wolno przeprowadzać z dzieckiem, ani przy dziecku. Najgorszym efektem tych działań jest lekceważenie zarówno nauczyciela, jak i prowadzonych przez niego zajęć.

Wiedząc, jakie znaczenia mają w dzisiejszym świecie kompetencje zawodowe, czasem zbyt dużą uwagę przywiązujemy do ciągłej nauki. Młody człowiek musi mieć także czas na zregenerowanie sił. Aby nauka była efektywna, musi iść z nią w parze czas na odpoczynek i rozrywkę, taką jak spotkanie z rówieśnikami czy wyjście na basen. Zbyt duże obciążenie dziecka nauką może spowodować niechęć i wystąpienie reakcji obronnych.

Kolejną przyczyną niepowodzeń szkolnych może być brak wiary we własne dziecko. Kiedy powtarzamy nastolatkowi, przeważnie w złości, „do niczego się nie nadajesz”, „wiedziałem, że się nie nauczysz”, zniechęcamy go do jakichkolwiek działań. Jest to o tyle groźne, iż obniża samoocenę i powoduje bierność. Do tego niekiedy dochodzi porównywanie naszego dziecka do innych: kolegów ze szkoły lub rodzeństwa. Wypowiedzi typu: „on potrafi, a ty nie” może wyzwolić w dziecku całkowity brak chęci.

Przyczyną braku zainteresowania nauką może być więcej, choćby kłótnie w domu, brak odpowiednio stworzonego miejsca do nauki czy różnego rodzaju choroby i dysfunkcje. Bez względu na to, co jest przyczyną, tak jak w przypadku każdego problemu, powinniśmy się nad nim zastanowić i spróbować GO ROZWIĄZAĆ.

Agnieszka Wojciechowska



ZŁOTE MYŚLI DLA RODZICA

ROZWIJAJ CIEKAWOŚĆ DZIECKA. CHOĆ Z WIEKIEM NIE JEST JUŻ ONA TAK WIELKA, NADAL POJAWIA SIĘ DOCIEKLIWOŚĆ. SPRÓBUJ POŁĄCZYĆ NAUKĘ Z ZABAWĄ, CZYMŚ PRZYJEMNYM, NA PRZYKŁAD Z WYCIEZKAMI W RÓŻNE MIEJSCA.

ROZWIJAJ PASJE I ZAINTERESOWANIA SWOJEGO DZIECKA, JEDNOCZEŚNIE SPRÓBUJ POKAZAĆ PASJE INNYCH.

UCZ STAWIAĆ SOBIE CELE, ZACZYNAJĄC OD TYCH NAJMNIJSZYCH, KTÓRYCH OSIĄGNIĘCIE SPRAWI DZIECKU RADOŚĆ I SATYSFAKCJĘ.

WPROWADZENIE USYSTEMATYZOWANEGO TRYBU ŻYCIA POZWOLI W PRZYSZŁOŚCI NA DOBRĄ, SAMODZIELNĄ ORGANIZACJĘ PRACY I DNIA.

BĄDŹMY KONSEKWENTNI I SYSTEMATYCZNI. INTERESUJMY SIĘ NAUKĄ DZIECKA NA BIEŻĄCO, NIE TYLKO PRZED KONSULTACJAMI W SZKOLE.

PRZYKŁAD IDZIE Z GÓRY. NASTOLATEK JEST BYSTRYM OBSERWATOREM I WYCIĄGA WNIOSKI Z ZACHOWANIA I POSTĘPOWANIA RODZICÓW, TAKŻE OD NICH SIĘ UCZY.

W KAŻDYM NIEPOWODZENIU SPRÓBUJ ZNALEŹĆ JAKIEŚ POZYTYWY CZY MOCNE STRONY DZIECKA. WSPIERAJ JE, BO BARDZO ŁATWO MOŻNA ZNIECHĘCIĆ.

Jak rozmawiać z w

Życie z nastolatkiem nie jest proste. Wcześniej czy później dowie się o tym każdy rodzic, pod którego skrzydłami rośnie „młody - dorosły” człowiek. Przychodzi taki okres w jego i twoim życiu, kiedy zaczyna mieć przed tobą tajemnice; równieśnicy stają się ważniejsi niż nauka i rodzina, a twoje porady odbierane są jako „ględzenie”. Wtedy często za-

Kiedy?

Zanim cokolwiek postanowisz, trzeba przede wszystkim znaleźć czas na rozmowy. W dobie dzisiejszych czasów, pogoni za pieniądzem i pracą, wielu z nas zapomina, jak ważny jest wspólnie spędzony czas. Ale jak to zrobić, gdy ciężko pracujemy od rana do nocy, by naszemu dziecku niczego nie brakowało? Wiado-

dobrze wykorzystać i nie zmarnować ich na kolejną sprzeczkę.

Jak?

Rodzicu! Sam byłeś nastolatkiem i wiesz czego nie akceptowałeś u dorosłych. Przypomnij sobie ten okres swojego życia i spróbuj sam odpowiedzieć na poniższe pytania:



foto: www.pixmac.pl/autor: SPX1MSD

czynają się problemy z jakąkolwiek komunikacją, gdyż wszystko, co wypływa z twoich ust, trafia na nieokreśloną przeszkodę i nie dociera do twojego dziecka. Można to porównać do tego jakbyście rozmawiali w dwóch odrębnych językach. Co wtedy robić?

Wystarczy znaleźć odpowiedzi na 3 pytania: kiedy? jak? i co mówić? Wtedy rozmowy z naszym dzieckiem będą skuteczniejsze oraz przyjemniejsze dla nas i dla niego.

mo, że nie zrezygnujesz z pracy, ale nie ma sytuacji bez wyjścia. Alternatywą może być rozmowa choćby przy posiłku lub w czasie jazdy samochodem. Takich niezbyt długich, ale wspólnie spędzonych chwil można znaleźć jeszcze więcej. Zależy od inwencji. Kiedy jednak dobrze się zastanowisz nad sensem kontaktu z dzieckiem, z pewnością będziesz w stanie wygospodarować choć krótki czas przeznaczony tylko na wspólną rozmowę.

Ważne jest aby te krótkie chwile

Czy rodzice słuchali uważnie tego, co miałeś do powiedzenia?

Czy byłeś krytykowany lub oceniany za to, co mówiłeś?

Czy dorośli narzucali Ci własne zdanie?

Czy rozmowy prowokowały kłótnie?

Sztuka komunikacji nie jest prosta. Kiedy coś nas zainteresuje, słuchamy bardzo uważnie i widać to po naszym zachowaniu (postawa ciała, skupiony

łasnym dzieckiem?

wzrok, przechylenie głowy). Nastolatki dokładnie wiedzą, kiedy słuchamy ich z uwagą a kiedy od niechcienia. To może być jedna z przyczyn, która powoduje, że dziecko nie podejmuje prób rozmowy. Musimy nauczyć się słuchać, nie przerywać i nie pouczać w trakcie wypowiedzi, gdyż to spowoduje, iż komunikacja będzie jednostronna a tego chcemy uniknąć.

Młodzi ludzie mają niewiarygodnie dużo przemyśleń, wątpliwości, pytań i problemów. Przypomnij sobie swoje pierwsze niepowodzenia miłosne. Dziś, jako dorosły, wspominasz je z uśmiechem na twarzy, ale kiedyś przeżywałeś prawdziwy dramat, podobnie jak dziś twoje dziecko. I nikt nie potrafił Cię zrozumieć, a wystarczyłoby tylko, by ktoś cię wysłuchał. Jeśli my jako rodzice nie znajdziemy czasu, dzieciaki znajdą takie osoby, które będą chciały ich wysłuchać. I tu wkraczamy w obszar innych niebezpieczeństw. Istnieją środowiska, na przykład sekty, które tylko czekają na młodych, zagubionych ludzi, pragnących tak prostej rzeczy – chwili uwagi i zainteresowania.

Kolejnym problemem są nerwy. W tym okresie psychika dziecka jest szczególnie wrażliwa. Pojawia się zmienność nastrojów i musimy być tego świadomi. W jednej chwili płaczą, a za chwilę



foto: www.pixnac.pl/autor: Hugo Lopez

śmieją się. Zjawisko to można wytłumaczyć, ponieważ jest ono ściśle związane z dojrzewaniem. Pomimo iż mamy w domu fizycznie prawie dorosłego syna czy córkę, psychicznie przechodzi on jeden z najtrudniejszych okresów. W dodatku sam czasami nie wie, co się z nim dzieje. Dlatego niezwykle ważna jest nasza cierpliwość. Przede wszystkim nauczmy się panować nad sobą. W takich sytuacjach bardzo często denerwujemy się, a nerwy są zawsze złym doradcą, nie pomogą, a jeszcze bardziej pogłębią przepaść między nami a dzieckiem. Innym zgubnym skutkiem takiego zachowania może być przejście tego wzorca zachowania przez nasze dziecko, a tego przecież nie chcemy. Nigdy nie rozmawiaj w nerwowej atmosferze, a na pewno nie krzykiem.

Co mówić?

Chwal dziecko nawet za drobne osiągnięcia. I nie chodzi tu tylko o wyniki w nauce, ale o to, że zrobił coś sam z własnej woli: pomógł przynieść zakupy czy wywiesić pranie. Doceniaj słownie jego pomoc, a zachęcisz go do podobnych

DEKALOG JAK ROZMAWIAĆ Z NASTOLATKIEM.

1. ZNAJDŹ CZAS NA ROZMOWĘ.
2. SŁUCHAJ UWAGAŃ .
3. NIE PRZERYWAJ.
4. NIE OCENIAJ.
5. NIE KRYTYKUJ.
6. NIE NARZUCAJ SWOJEGO ZDANIA (SKUTEK BĘDZIE ODWROTNY).
7. NIE KRZYCZ - NERWY SĄ ZŁYM DORADCĄ.
8. ROZMAWIAJ O WSZYSTKIM, NIE TYLKO O OCENACH I ZACHOWANIU.
9. CHWAL I DOCENIAJ DZIECKO ZA KAŻDĄ JEGO INICJATYWĘ.
10. JEŚLI NIE WIESZ, CO POWIEDZIEĆ, POCZEKAJ, ZASTANÓW SIĘ I POWIEDZ, JAK JUŻ BĘDZIESZ WIEDZIAŁ.

działań i do rozmowy. Pochwała i poczucie, że rodzic docenia podejmowane wysiłki, poprawia samoocenę i pewność siebie. Dziecko z takimi rozwiniętymi cechami nie boi się mieć własnego zdania i nie będzie aż tak podatne na wpływ środowiska rówieśników.

Zanim powiesz coś w złości, zastanów się 10 razy. Możesz powiedzieć coś przykrego, o czym jutro zapomnisz, a twoje dziecko nie. Jeśli nieustannie słyszysz, że wszystko robi źle i do niczego się nie nadaje, w końcu w to uwierzy.

Jak widać, rozmawiając z dzieckiem, możemy ustrzec się innych problemów. Tematów rozmowy są miliony. Jednak pamiętaj, jeśli jedynym tematem rozmów będą postępy w szkole, za jakiś czas, mur między wami będzie o kilka cegieł wyższy. Im wcześniej zaczniesz budować relacje z dzieckiem tym lepiej. Nie pozwól na przerwanie tego, co udało Ci się zbudować przez wcześniejsze lata.

Iwona Siuchnińska

EURO WAŻNIEJSZE OD DZIECKA

WIELU Z NAS NIE ZDAJE SOBIE SPRAWY Z TEGO, CO KRYJE SIĘ POD POJĘCIEM „EUROSIEROTA”.

PIERWSZE SKOJARZENIA, JAKIE PRZYCHODZĄ NAM DO GŁOWY, WIĄŻĄ SIĘ Z PROBLEMEM, KTÓRY WYSTĘPUJE W EUROPIE. MAŁO KTO JEST ŚWIADOMY, ŻE ZJAWISKO TO W RZECZYWISTOŚCI DOTYCZY RÓWNIEŻ NASZEGO PODWÓRKA.

Wg definicji dr. Stanisława Kozaka, psychologa, „Eurosieroctwo to fakt nieposiadania przez kogoś (niepełnoletniego) obojga rodziców lub jednego rodzica, którzy opuścili kraj za pracą.” Przeciętny człowiek, czytając taką definicję, może zadać pytanie: Czy to jest problem? Przecież w dzisiejszych czasach wielu ludzi wyjeżdża „za chlebem”, aby podratować domowy budżet i nie jest to zjawisko marginalne. Trzeba z czegoś żyć i mieć fundusze na utrzymanie rodziny, a w szczególności dzieci. Jednak pieniądze to nie wszystko, jak mówi tytuł znanej piosenki. Choć

początkowo nic na to nie wskazuje, po pewnym czasie mogą pojawić się poważne problemy. Dbając tylko o dobra materialne często zapominamy o sprawach znacznie ważniejszych. Czy każdy z nas przed wyjazdem zastanawia się, co może dziać się w głowie nastolatka, którego rodzic wyjechał do pracy za granicę?

WRÓCĘ ZA PÓŁ ROKU

Dla dzieci wyjazd jednego z rodziców wiąże się ze ogromną zmianą. Młodzież w wieku dorastania wszelkie zmiany przeżywa dość osobliwie. Burza hormonów i zmienność nastrojów powodują problemy w przeżywaniu i odbieraniu otoczenia. W tym okresie dzieci szczególnie potrzebują dobrej relacji z rodzicem, częstych rozmów oraz bliskości i zrozumienia.

P o c z ą t k o w o , w związku z wyjazdem rodzica, dziecko odczuwa nadzieję na poprawę sytuacji materialnej, dzięki której poprawi się jego wizerunek w oczach rówieśników, których akceptacja ma dla nastolatka ogromne znaczenie. Dzięki gadżetom czy markowym ubraniom, które mogą stać się osiągalne, poprawi się również jego samoocena. Jeśli relacje w rodzinie przed wyjazdem rodzica były

prawidłowe, pojawia się też nadzieja na większy zakres wolności, bowiem standardowy nastolatek czuje się przez rodziców nadmiernie ograniczany i kontrolowany. Dla wyjeżdżającego rodzica jest to również czas, kiedy relacje z dzieckiem ulegają poprawie. Bunt nastolatków staje się na odległość pozornie mniejszy. Rodzic może poczuć się bardziej akceptowany, kochany a nawet przypomnieć sobie niedawne czasy, kiedy był dla swego dziecka jedynym autorytetem. Dla współmałżonka jest to również okres nadziei na rozwiązanie, często narastających latami, problemów finansowych, więc w domu atmosfera wyraźnie się poprawia i dziecko, na tym etapie, przejawia pozytywne emocje tj. zadowolenie, radość.

TRACĘ PUNKT ODNIESIENIA

Po pewnym czasie wszystko zaczyna się zmieniać. Kiedy nastolatek oswoi się już z polepszeniem sytuacji materialnej oraz większą swobodą, pojawiają się pierwsze problemy. Rodzic na obczyźnie staje się z czasem coraz bardziej odległy. Ten, który jest w domu, choćby bardzo się starał, nie jest w stanie go zastąpić. Zamiast spodziewanej swobody pojawia się samotność, brak wsparcia, poczucie odrzucenia. Emocje pozytywne zmieniają się na obronne. Nastolatek odczuwa lęk, żal i smutek. Dlaczego tak się dzieje?

Wyjazd rodziców jest trudnym przeżyciem dla dziecka w każdym wieku. Jednak okres dorastania jest szczególnie istotny ze względu na pojawiające się problemy i rozterki, jakie przeżywa dziecko. Okres młodzieńczy to czas, w którym powinny ukształtować się dojrzałe więzi z rówieśnikami, niezależność uczuciowa, męska lub żeńska rola płciowa. W tym okresie człowiek przygotowuje się do kariery zawodowej i życia w rodzinie, poprzez stwarzanie własnego systemu wartości. Jak mocno zbuntowany nie byłby nastolatek, czerpie on wzorce z własnego domu. Dlatego



foto: www.pixnac.pl/autor: Rune Mathisen



foto: www.pixnac.pl/autor: Michael Coghlan

tak ważna jest obecność obojga rodziców w życiu młodego człowieka, z których każdy może mieć inne relacje z dzieckiem. Bywają problemy, o których łatwiej rozmawiać z matką, o innych z ojcem. Banalnym przykładem mogą być sprawy seksualności, o których łatwiej rozmawiać z rodzicem tej samej płci.

Kiedy w domu brakuje matki bądź ojca, dziecko traci punkt odniesienia. Nawet wtedy, gdy pozostający w kraju współmałżonek jest osobą na tyle silną, żeby poradzić sobie ze spadającą na niego podwójną odpowiedzialnością, obowiązkami oraz samotnością. Niestety z badań wynika, że tak dzieje się rzadko. Po okresie radości z pozornego polepszenia się sytuacji życiowej, przychodzi moment refleksji. Posiadanie wystarczającej do normalnego życia ilości pieniędzy wydaje się czymś naturalnym, natomiast osamotnienie nie. Odpowiedzialność przytłacza, wsparcie telefoniczne okazuje się niewystarczającą namiastką kontaktu. Nierzadko rodzic pozostający w kraju (statystycznie częściej matka) nie radzi sobie z zaistniałą sytuacją i sięga po alkohol. A jak w takiej sytuacji czuje się dziecko skoro problemy przerastają nawet osoby dorosłe?

Bywa też tak, że rodzice wyjeżdżają razem. Nastolatek bardzo często zostaje wtedy pod opieką dziadków lub dalszej rodziny. Tu również na początku jest euforia. Dziadkowie przyczyniają się do rozluźnienia dyscypliny, spełniając kaprysy wnuczków i rozpieszczając ich. Chronią przed wszystkim, nawet wtedy, kiedy robią one źle. Spowodowane jest to głównie przepaścią pokoleniową.

Nam rodzicom czasami trudno jest zrozumieć i dotrzeć do własnych dzieci, a cóż dopiero babci czy dziadkowi.

GNIEW I NIENAWIŚĆ

Nie bez przyczyny eurosieroctwo jest zaliczane do patologii społecznych. Według raportów rzecznika praw dziecka skutkami pozostawienia dziecka w kraju, nawet pod opieką jednego z rodziców, bardzo często zdarza się wagarowanie, obniżenie wyników w nauce, porzucenie szkoły, sięganie po alkohol, używki i narkotyki oraz wchodzenie w środowiska patologiczne. Jest to widoczny przejaw zachowań buntowniczych towarzyszących dorastaniu. Objawiają się one gniewem, wrogością, nienawiścią, zachowaniami agresywnymi. Dzieci nie potrafią sobie poradzić z zaistniałą sytuacją, negatywne emocje kumulują się, by ostatecznie dać chwilowy upust w postaci wybuchu gniewu, który jest formą odreagowania. Jest to jednak chwilowe i tylko pozornie pomocne, bowiem orientuje się, że sytuacja jest wciąż taka sama, dziecko nadal jest samo i nadal sobie nie radzi, nadal nie może znaleźć w nikim oparcia.

NIUREGULOWANA SYTUACJA PRAWNA

Nie tylko nad skutkami pedagogicznymi warto się zastanowić przed wyjazdem. Jak wygląda sytuacja prawna dzieci? Ta kwestia jest prawie całkowicie pomijana. Rodzice nie zdają sobie sprawy z tego, iż w momencie, kiedy zostawiają dziecko pod opieką na przykład babci, sytuacja znacznie się komplikuje. Osoba, pod której opieką dziecko wówczas zostaje, jest zwana opiekunem faktycz-

nym, ale nie posiada żadnych praw opieki nad dzieckiem. Krótko mówiąc, babcia nie może podejmować decyzji wiążących o wyjeździe dziecka na wycieczki klasowe czy wykonanie zabiegu operacyjnego w szpitalu. W ten sposób dziecko jest pozbawione możliwości korzystania z praw i przywilejów, które mu przysługują, z powodu nieuregulowanej sytuacji prawnej.

W takim przypadku, przed wyjazdem należy skorzystać z jednej z trzech możliwości, jakie oferuje nam polskie prawo. Najprostszym sposobem jest złożenie wniosku do sądu o przeniesienie, na czas wyjazdu, opieki prawnej nad dzieckiem na konkretną pełnoletnią osobę tj. babcię, ciocię, siostrę. W momencie, w którym rodzice już wyjechali, faktyczny opiekun może sam złożyć wniosek do sądu o ustanowienie jej opiekunem prawnym na czas wyjazdu rodziców. Ostatnią z możliwości jest podanie adresu doręczeń w kraju przez rodzica wyjeżdżającego lub przebywającego za granicą.

Zaniedbanie w tych sprawach może być fatalne w skutkach. W sytuacji, kiedy rodzic musi podjąć ważną decyzję dotyczącą dziecka w szkole, kiedy jest zagrożone dobro dziecka w jakiegokolwiek sferze, czy to dydaktycznej czy zdrowotnej, i szkoła nie będzie w stanie się z rodzicem skontaktować, a sytuacja prawna dziecka nie będzie uregulowana, szkoła ma obowiązek poinformować o takiej sytuacji. Kogo? Właściwy dla miejsca zamieszkania dziecka Sąd Rejonowy, Wydział Rodzinny i Nietletnich. Wynika to bezpośrednio z art. 109 kodeksu rodzinnego i opiekuńczego – „par. I. Jeżeli dobro dziecka jest zagrożone, są opiekunicy wyda odpowiednie zarządzenia”. W takim przypadku, sąd może sam orzec, kto będzie opiekunem prawnym dziecka, ograni-

czyć lub zawiesić prawa rodzicielskie, a nawet pozbawić jednego lub oboje rodziców praw rodzicielskich, jednocześnie umieszczając dziecko w rodzinie zastępczej lub placówce opiekuńczo-wychowawczej.

URAZ PSYCHICZNY NA CAŁE

ŻYCIE

Według badań, co dwudziesta matka i co dziesiąty ojciec decydują się na czasową migrację. Łączna liczba uczniów, rozłączonych z matką na dłużej niż dwa miesiące, to 132-157 tys., z ojcem – 467-682 tys. Migracja obojga rodziców dotyczy 22% ogółu migracji rodzicielskich. W tym przypadku migracja ma charakter przemienny; rodzice planują swój wyjazd tak, aby jedno z nich zostawało na miejscu i opiekowało się dziećmi. Natomiast liczba uczniów, którzy faktycznie byli rozłączeni z obojgiem rodziców waha się od 3 do 16 tys. Eurosieroty to dzieci głównie między 9 a 18 rokiem życia. Aktualnie, to zjawisko jest spowodowane trudną sytuacją młodych ludzi na rynku pracy i bezrobociem, które szczególnie dotyka osób, które dopiero wkraczają na rynek pracy.

Psychologowie już od 2004 roku alarmują o problemie eurosieroctwa i rezultatów pozostawiania dzieci w kraju. Konsekwencje emigracji rodziców są głównie widoczne po zachowaniu dzieci w szkole; brak motywacji do nauki, pogarszające się oceny, wzrost liczby nieobecności – to tylko niektóre z nich. W każdej sytuacji przyczyny i skutki w zachowaniu eurosierot są różne, jednak wszystkie są podobne do objawów niedostosowania społecznego. Nie trzeba nikogo specjalnie przekonywać, że zarówno ojciec, jak i matka, są potrzebni w każdej rodzinie dla prawidłowego rozwoju dziecka. A skutki euromigracji są oczywiście bardzo zróżnicowane, ale mogą wywołać uraz psychiczny dziecka na całe życie.

Dlatego więc warto starannie przemyśleć decyzję o wyjeździe za pracę. Straty w wyniku takiej decyzji mogą okazać się nie do odrobienia. Czy możemy się postawić na miejscu dziecka? Czy jesteśmy w stanie sobie wyobrazić całą paletę uczuć, z jakimi boryka się młody człowiek w takiej sytuacji? Dziecko czuje się niechciane, niekochane, odrzucone. W jakim stopniu nasz wyjazd wpłynie na ich rozwój, na ich osobowość, na ich całe życie? Nie możemy tego przewidzieć. Ale należy mieć to wszystko na uwadze przy podejmowaniu tak ważnej decyzji. Nie zapominajmy, że dzieci są częścią naszej rodziny i w tym przypadku również mają prawo głosu.

JAK POMÓC?

Jeśli już podjęliśmy decyzję o wyjeździe, po-



foto: www.pixmac.pl/autor: SPX1MSD

winniśmy pamiętać, by spróbować odpowiednio zorganizować opiekę dziecka a nie ograniczać się tylko do pomocy finansowej, gdyż ta często przybiera formę zadośćuczynienia, by zmniejszyć wyrzuty sumienia z powodu zostawienia dziecka w kraju. Ważne jest, aby cyklicznie i często, choćby na krótkie okresy, wracać do Polski i pracować nad więzią rodzic-dziecko. Migracja polegająca na ciągłej wymianie (jeden rodzic zostaje, drugi wyjeżdża, później na odwrót), również jest lepszym rozwiązaniem, niż migracja obojga rodziców w tym samym czasie. Dziecko ma szansę w ten sposób uniknąć poczucia całkowitego odrzucenia. Kolejnym dobrym wyjściem z sytuacji jest zaangażowanie całej rodziny w pomoc dziecku. Nie chodzi tutaj oczywiście o to, by nagle cała rodzina, bliższa i dalsza, stworzyła wspólne ognisko domowe, porzucając swoje własne. Po prostu ważne jest, by dziecko miało świadomość, że nie zostało z tym wszystkim samo, że może liczyć nie tylko na dziadków, ale i starsze rodzeństwo, ciotki i innych krewnych, znajomych czy sąsiadów. Jeżeli z różnych przyczyn nie jest to możliwe, to warto zastanowić się nad innymi możliwościami, zatrudnieniem opiekunki, która zapewni dziecku pełną opiekę podczas nieobecności rodzica czy wysłanie dziecka do szkoły z internatem.

Wszystkie opcje mają zapobiec sytuacji, w której rodzice do tego stopnia zaniedbują dzieci, iż trafią one do domów dziecka czy rodzin zastępczych. Niestety, coraz więcej spraw pozostawionych dzieci trafia do sądów rodzinnych. Jak mówi dr M. Kolankiewicz, pedagog, jeśli pobyt rodziców za granicą nie trwa zbyt długo, dziecko może sobie z tą sytuacją poradzić bardzo dobrze. Problemy pojawiają się, kiedy dziecko trafia pod opiekę obcych osób lub placówek wychowawczych, bo to właśnie wtedy zaczynają się zaburzenia tj. neurozy, depresje, próby samobójcze, a nawet pojawiają się konflikty z prawem.

Oczywiście ważna jest również pomoc ze strony szkoły, która chociażby poprzez organizowanie warsztatów wspomagających rozwój dzieci, zajmuje im wolny czas i jednocześnie stwarza warunki do prawidłowego rozwoju. Ponadto, pokazuje eurosierotom, iż nie zostały same, że mają wsparcie w pedagogach. Jednak fundamentalnym wsparciem jest rodzic. Jeśli go brakuje, świat dziecka ulega poważnym zmianom, a nie każde dziecko tym zmianom poddało. Drodzy rodzice, czy na pewno chcecie sprawdzić to na swoich pociechach?

Beata Tapała - Krysiak

TRUDNE WKRA CZANIE W DOROSŁOŚĆ

CZAS DORASTANIA PRZECIĘTNEGO NASTOLATKA JEST BARDZO BURZLIWY, OBFITY WE WSZELKIE STRESY, EMOCJE I UCZUCIA, Z KTÓRYMI MŁODY CZŁOWIEK STYKA SIĘ PO RAZ PIERWSZY I NIE ZAWSZE POTRAFI SOBIE Z NIMI PORADZIĆ. RÓŻNE SYTUACJE W SZKOLE, PROBLEMY Z ADAPTOWANIEM SIĘ W ŚRODOWISKU RÓWIEŚNIKÓW, BRAK ROZMÓW Z RODZICAMI, A TAKŻE SYTUACJA W DOMU, NIEKIEDY PATOLOGICZNA – WSZYSTKO TO SPRAWIA, ŻE MŁODY CZŁOWIEK SZUKA UCZUCIA SPOKOJU I PRZYJEMNOŚCI, SZUKA SPOSOBÓW NA ODERWANIE SIĘ OD TRAUMATYCZNYCH WYDARZEŃ I OD CODZIENNEGO STRESU, KTÓRY MU TOWARZYSZY.

Wtedy pojawia się alkohol, papierosy, leki i narkotyki. Dziecko sięga po nie samo albo za namową kolegów/koleżanek. Bez względu na to, kto lub co popchnęło je ku używkom, jest to poważny problem, który może bardzo szybko przerodzić się w nałóg. Bowiern wielokrotnie stosowanie takiej samej dawki każdej używki prowadzi do tego, że efekt jej działania staje się słabszy. A żeby nie został całkiem zniwelowany, przyjmowaną dawkę należy zwiększyć. Bo jak inaczej sprawić, żeby poczuć, jak troski życia codziennego, choć na chwilę, znikają z barków młodego człowieka?

ALKOHOL DOBRY NA WSZYSTKO

Coraz częstszym zjawiskiem na polskich ulicach jest pijana młodzież. Niestety, nie ogranicza się to już tylko do chłopców, coraz częściej po alkohol sięgają również młode dziewczyny. Niestety, profilaktyka w Polsce gdzieś się zatarła, a problem dalej rośnie w siłę. Alkoholizm jest chorobą o dużym znaczeniu społecznym polegającą na utracie kontroli nad ilością spożywanego alkoholu.

Co 8. gimnazjalista i co 4. uczeń szkoły ponadgimnazjalnej regularnie pije alkohol - tak

podaje Regionalne Centrum Polityki Społecznej. Natomiast wyniki ogólnopolskich badań ankietowych ESPAD (Europejskiego Programu Badań Ankietowanych w Szkołach na Temat Używania Alkoholu i Narkotyków), pokazują, że alkohol jest najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży. Ponad 92% 15- i 16-latków oraz 96% 17- i 18-latków sięga po alkohol, najczęstszy wybór to piwo. Pomimo tego, że młodzi ludzie są świadomi, jakie negatywne skutki wiążą się ze spożyciem alkoholu w większych ilościach, nadal po niego sięgają. Nie martwią się szkodami zdrowotnymi, kaczem czy zrobieniem czegoś, czego będą później żałować. Alkohol kojarzą z udaną zabawą, z odprężeniem, zapominaniem o problemach. Oczekują, że dzięki temu staną się szczęśliwsi i bardziej towarzyscy. Przez młodzież spożycie alkoholu uważane jest za rytuał, który wprowadza w dorosłe życie. Problem alkoholizmu wśród młodzieży stał się problemem społecznym; wzrasta ilość spożywanego alkoholu, jak i obniża się wiek inicjacji alkoholowej. Zjawisko to ma istotny wpływ zarówno na poczucie bezpieczeństwa społecznego, jak i na ogólny stan zdrowia, szanse na sukces, a także na relacje interpersonalne z rówieśnikami i środowiskiem rodzinnym.

foto: www.pixmac.pl/autor: SPYXIMSD

Uzależnienie to odczuwalny przez dziecko nacisk zażywania określonych środków psychoaktywnych. Osoba uzależniona jest przekonana, że nie jest w stanie funkcjonować bez określonej substancji. Ponadto, grupa rówieśnicza znacznie wpływa na jednostkę, gdyż odczuwa ona pewien obowiązek zażywania różnych substancji, żeby mieć dostęp do danej grupy rówieśniczej. Jest to





szczególnie poważne zagrożenie. Zwłaszcza, że panuje powszechna dostępność alkoholu wśród młodych. Badania pokazują, że tylko 10% prób zakupu alkoholu kończy się odmową. Sięganie po alkohol stało się nawet pewnego rodzaju przygodą, sposobem wyrażenia swojego buntu, ale przede wszystkim ucieczką od problemów. Ostatecznie jednak, organizm nie jest już w stanie funkcjonować bez środków odurzających.

FOLIA ALUMINIOWA I ŁYŻKA

Z podobnych powodów, co po alkohol, młodzi ludzie sięgają po narkotyki, od lżejszych po tzw. cięższe. Mechanizm działania jest taki sam; najpierw młodzież eksperymentuje, próbuje a sięgając po nie coraz częściej powodują, że organizm na pewnym etapie sam domaga się coraz większych dawek narkotyków. W ten sposób młodzi ludzie tłumią swoje emocje. Niestety, zażywanie narkotyków nie tylko tłumia, ale i nasila inne emocje. Kiedy przestaje działać, życie powraca do normy, wracają problemy, kłopoty i wszelkie zmartwienia. To właśnie wtedy nastolatki sięgają po kolejną dawkę, nie widzą, że poprawa była tylko chwilowa, ważne jest, że była i jest na wyciągnięcie ręki.

Nastolatek znajdując się na granicy dwóch światów: beztróskiego dzieciństwa i poważnego świata ludzi dorosłych. I choć ten świat zdaje się taki sam, w rzeczywistości jest zupełnie inny. Rodzice zapominając o swojej roli i próbując porozu-

mieć się z własnymi dziećmi, dają im dużą tolerancję różnych zachowań i swobodę. Bardzo często dzieje się tak samoistnie; rodzice mają coraz mniej czasu, są zabiegani, więc przestają zwracać uwagę na dziecko. Swoboda i pozorne zaufanie zaczynają być po pewnym czasie nadużywane i dochodzimy do momentu, w którym rodzice stają się bezradni. Problemy wieku dorastania są poważne, nie należy ich lekceważyć. To właśnie dorośli powinni pomóc dziecku nabyć umiejętność i wiedzę potrzebną do chociażby odmówienia przyjęcia narkotyków; dorosły musi wyznaczyć zasady i granice, które mają regulować życie dziecka. Rodzice nie powinni zamieniać się w rodziców-kumpli, którzy dają dziecku wolność i przysmakują oko na późne powroty do domu, cykliczne imprezy i buntowniczą postawę. Podział na dzieci i rodziców nie pojawił się tylko po to, aby urozmaicić rodzinny krajobraz.

Ilość uzależnień wśród młodzieży wciąż rośnie. Nie jest to tylko alkoholizm i narkomania. Coraz częściej młodzież uzależnia się również od komputera, a zwłaszcza od gier komputerowych. Tracą wówczas kontakt z rzeczywistością, często spędzają całe dnie na grze, a skutkuje to tym, że po dłuższym czasie dziecko nie jest w stanie odróżnić rzeczywistości od świata iluzji. Znane są przykłady młodych ludzi, którzy do tego stopnia byli przekonani,

że są bohaterami gier, iż narażali swoje życie tylko dlatego, że przecież w grach ich bohater jest nieśmiertelny.

ZAINTERESOWANIE TO PODSTAWA

Młody człowiek próbuje wszelkiego rodzaju używek z różnych powodów. Ale przede wszystkim jest to ucieczka przed światem dorosłym, przed problemami, brakiem zrozumienia. Kiedy szukając oparcia u rodziców natrafiają na brak zainteresowania z ich strony, szukają w innym miejscu. A jak wiemy, w dzisiejszych czasach substancji psychoaktywnych jest dużo i są dostępne nawet dla niepełnoletnich. Drodzy rodzice, rozmowa i zainteresowanie to podstawa każdego wychowania. Jeżeli nie będziemy z dzieckiem rozmawiać, jeśli nie będziemy go słuchać, dziecko nie będzie wiedziało, czy może na nas liczyć i zacznie szukać pomocy gdzie indziej. Nawet jeżeli już spróbuje narkotyków czy alkoholu, jeśli dostrzeżemy, że coś się z naszym dzieckiem dzieje, nie powinniśmy karać czy krzyczeć, a właśnie porozmawiać, spróbować znaleźć zarówno przyczynę, jak i rozwiązanie. W przeciwnym razie problem dziecka pogłębi się i łatwiej może ono wkroczyć na drogę uzależnienia. W takich przypadkach konieczna jest pomoc specjalistów oraz terapia, która uświadomi dziecku istotę jego problemu, ale także pokaże, że nie tylko ono ma taki problem, że nie jest same.

Kiedy ujawnia się problem? Kiedy nasze dziecko jest ospałe, zmęczone, często boli je głowa, nie ma apetytu. To mogą być oznaki choroby somatycznej,

ale także tego, że nasze dziecko zaczęło już swoją „przygodę” z alkoholem. I choć nie będzie to przyjemne, rodzice powinni zwrócić uwagę na to, jak wygląda najbliższe otoczenie naszego dziecka, poznać jego rówieśników, sprawdzić, jak spędza swój wolny czas. W przypadku narkotyków sprawa się bardziej komplikuje. Pierwsze kontakty z tego typu użytkami są bardzo starannie ukrywane przed rodzicami. Dopiero w późniejszej fazie, kiedy dziecko zabrnęło już bardzo daleko w uzależnieniu, nie przykładają już takiej wagi do tego, by utrzymać wszystko w tajemnicy. Dlatego powinniśmy bacznie obserwować nasze dzieci, rozmawiać z nimi, spędzać dużo czasu razem, aby w porę zidentyfikować problem.

Niektóre zachowania i postawy wcale nie muszą oznaczać, że nasze dziecko wpadło w nałóg, może mieć problemy w szkole albo z rówieśnikami. Ale warto zwrócić uwagę na zmiany w zachowaniu czy wyglądzie. Jeżeli nasze dziecko dokonuje radykalnych zmian w sposobie bycia, może to być sygnał, że

dzieje się z nim coś poważnego. Huśtawka nastrojów, izolowanie się od innych domowników, kłopoty w szkole, wagary, późne powroty do domu, zmiany w porach snienia – to tylko niektóre przykłady. Kiedy problem z narkotykami jest już poważniejszy, dziecko może mieć poukrywane nie tylko przybory do używania narkotyków, ale i same używki. Leki bez recepty, igły, fiki, bibułki papierosowe czy kawałki opalanej folii aluminiowej i łyżka to również symptomy zachowań ryzykownych. W początkowej fazie uzależnienia narkotykowego to oczy najszybciej potrafią zdradzić młodzież. Zaczerwienione spojówki, opadanie powieki, nadmiernie rozszerzone lub zwężone źrenice to podstawowe sygnały, że eksperymentowanie się zaczęło. Trudno jest ukryć zaczerwienione oczy, dlatego jeśli zauważymy któryś z tych objawów zastanówmy się, czy aby na pewno jest to zwykłe zmęczenie. I pamiętajmy - im głębsza jest faza uzależnienia, tym objawy choroby są bardziej widoczne, bo wynikają z utraty kontroli nad braniem środków odurza-

jących. To wtedy wzrasta ryzyko przedawkowania. Żadnych symptomów nie należy bagatelizować. Pamiętajmy, że każdy nałóg jest niebezpieczny i z każdym należy walczyć.

SZUKAJ POMOCY

W każdym mieście jest cały szereg różnych placówek, które pomagają w przypadku uzależnienia. Jeżeli rodzic mimo wszystko nie wie, gdzie powinien się udać, to istnieje program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci, które piją alkohol lub zażywają narkotyki – Pomarańczowa Linia. Polega on na konsultacjach telefonicznych oraz pomocy w dotarciu do specjalistycznych placówek. Infolinia jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. 14.00-20.00. Numer – 801 14 00 68. Istnieje też możliwość konsultacji on-line za pomocą adresu pomoc@pomaranczowalinia.pl.

Ewelina Kociołczyk



Wolę patrzeć na lecaącą krew niż łzy...

NIE PRZERZUCAJ STRONY, MYŚLĄC: MNIE TO NIE DOTYCZY. PROBLEM SAMOOKALECZEŃ WŚRÓD MŁODZIEŻY ISTNIEJE I NIE JEST ZAGADNIENIEM MARGINALNYM. WPROST PRZECIWNIE, Z ROKU NA ROK BADANIA PROWADZONE NAD TYM ZJAWISKIEM DOWODZĄ, IŻ CORAZ WIĘKSZA LICZBA MŁODYCH LUDZI POPADA W PUŁAPKĘ KALECZENIA WŁASNEGO CIAŁA. DLACZEGO PUŁAPKĘ? BO JEST TO RODZAJ UZALEŻNIENIA NIERÓŻNIĄCEGO SIĘ OD ALKOHOLIZMU CZY NARKOMANII, A MOŻE NAWET GORSZEGO, GDYŻ BEZPOŚREDNIO ZAGRAŻA ŻYCIU.

Okolo milion dzieci w Polsce dokonuje samookaleczania się. Proces ten polega na celowym uszkodzeniu swojego ciała, najczęściej poprzez przecięcia skóry, nakłuwania ostrym narzędziem czy przypalania. W większości przypadków potrzebna jest pomoc specjalisty, psychologa, która obejmie opieką zarówno dziecko, jak i jego najbliższą rodzinę. Dzieci okaleczają się z różnych powodów. Jednym z nich jest wołanie o pomoc - niemy krzyk. W takim przypadku zazwyczaj mamy do czynienia z samookaleczaniem się

w miejscach widocznych: przedramiona, ramiona, rzadziej uda. Sygnalizują w ten sposób swoje problemy, może być to także próba szantażu. Czasem będzie to ślad, który ma zaimponować, pokazać „jestem silny, nie boję się”.

Inną przyczyną samookaleczania jest potrzeba uczucia ulgi. Świadome zadawanie sobie bólu znosi stres, pomaga zapomnieć o problemach, kłopotach, rozładowuje w ten sposób napięcie psychiczne. Odczuwany ból fizyczny pomaga zapomnieć o rozterkach psychicznych. Nastolatki wyrażają w ten sposób żal, że nie są zauważane przez rodziców. W takich przypadkach dzieci dokonują aktów autoagresji na swoim ciele w miejscach mało widocznych. Niestety, taki problem dotyczy coraz większej grupy nastolatków. Z czasem pojedyncze zdarzenia autoagresji przeradzają się w „nałóg”, dzieci uzależniają się od zadawania sobie bólu.

Problem ten jest bardzo rzadko poruszany w środkach masowego przekazu. Ma to swoje dobre i złe strony. Mówienie o tym problemie w sposób nieumiejętny mogłoby podsunąć młodzieży wybór takiego zachowania, jako ucieczki od własnych problemów. Z kolei przemilczanie powoduje, że rodzice nie są świadomi nie tylko skali problemu, ale również jego istnienia.

WYBUCH EMOCJI

Samookaleczenie jest fizycznym objawem tego, że z psychiką dziecka nie dzieje się dobrze. Podłożem takich zachowań mogą być różnego rodzaju problemy emocjonalne, z którymi młoda osoba

sobie nie radzi i nie może lub nie chce skorzystać z pomocy osoby dorosłej – rodzica czy opiekuna. Samookaleczenia się to szereg procesów biologicznych, jakie zachodzą w organizmie kaleczonego się nastolatka. Mechanizm działania jest podstępny. Nagromadzone negatywne emocje powodują wzrost napięcia poprzez podniesienie poziomu adrenaliny i kortyzolu. Te dwa związki, zwane popularnie „hormonami stresu”, powodują przewlekły stan napięcia, od którego młodzież szuka ucieczki. Młoda osoba, poprzez okaleczenie własnego ciała, powoduje tzw. „wybuch” emocji. Nastolatki nie czują cierpienia, tylko ulgę i zadowolenie za sprawą pojawiających się w ich organizmie endorfin, tzw. hormonów szczęścia. To paradoksalne, ale kalecząc się nie czują bólu, tylko przyjemność i satysfakcję.

TYLKO 7 MINUT DZIENNIE

Oto wypowiedź nastolatki z forum internetowego:

„Tnę się od 3 tygodni. Nie mogę z tym skończyć. Boję się... Zdaje sobie sprawę z tego, co robię, jednak nie potrafię tego przerwać. Mój nadgarstek wygląda strasznie! Ciągle mam zawinięty bandaż i wma-wiam wszystkim, że się bardzo mocno oparzyłam. Czemu to robię? Wole patrzeć na lecaącą krew niż łzy... Za dużo łez wylałam, żeby teraz żałować krwi... Nie mogę pogadać z przyjaciółką, chłopakiem, rodziną, bo zostałam kompletnie sama! Nie mam nikogo...Wszyscy się ode mnie odwrócili...A jedyną słowem wypowiadane ostatnio w moim kierunku to te, które przyrównują mnie z dnem.





foto: www.piximac.pl/autor: Martin Souli Straler

W żyłce widzę moją jedyną nadzieję...Najgorsze jest to, że tnę się coraz mocniej i głębiej...

Powodów do samookaleczenia przeciętny nastolatek jest w stanie znaleźć mnóstwo, od pozornie błahych po traumatyczne przeżycia. Może to być nieszczęśliwa miłość, brak akceptacji w grupie, a zwłaszcza znęcanie się rówieśników, urazy psychiczne, a także śmierć bliskiej osoby czy gwałt. Jednak źródło problemów tkwi głębiej.

Jedną z przyczyn kaleczenia się jest tzw. zespół stresu pourazowego. W przypadku, gdy dzieci były wykorzystywane seksualnie bądź przeżyły inne traumatyczne doświadczenie, może się pojawić niechęć do własnego ciała. Pojawia się wtedy poczucie wstydu, brak samoakceptacji. Może to prowadzić do izolacji, depresji czy innych poważnych zaburzeń psychicznych.

Przede wszystkim jednak, młodym ludziom brak oparcia, nie tylko w rówieśnikach, ale w rodzicach czy opiekunach. Społeczeństwo stało się silnie konsumpcyjne, a co za tym idzie zapracowane. W natłoku spraw codziennych dorosli zapominają o kwestii fundamentalnej w wychowaniu swoich pociech – rozmowie. Z badań wynika, że rodzice rozmawiają z dziećmi tylko 7 minut dziennie. Niestety wątpliwe jest, czy aby na pewno można to nazwać rozmową. Czy zdawkowe pytania typu „Jak w szkole? Jak sprawdzian? Dużo masz lekcji?“, można uznać za jakąkolwiek konwersację?

Dzieci potrzebują uwagi i zainteresowania, poczucia bezpieczeństwa a także pewności, że cokolwiek by się stało, to właśnie rodzic, ojciec czy matka, stanowią dla nich podstawowe i najlepsze oparcie; że wysłuchają, rozumieją, pomogą. Jednocześnie na żadnym etapie nie uznają problemu i uczuć nastolatka za blahe, niedorośle. Samookaleczenie się jest ważnym sygnałem świadczącym, że dzieję się coś niedobrego z psychiką dziecka, że istnieją jakieś głębsze problemy, które musi-

my jak najszybciej poznać i starać się rozwiązać, pamiętając jednocześnie, że krzykiem, zakazami, potępianiem, karami niewiele zdziałamy. Najważniejsze to słuchać, nie pouczać, nie bagatelizować a poświęcać tyle czasu dzieciom, żeby miały pewność, że zawsze, bez względu na wszystko, rodzic ich wysłucha.

PRZYPALANIE I WYRYWANIE WŁOSÓW

Samookaleczenia występują w różnych formach. Mogą to być nacięcia na skórze w widocznych miejscach, drapanie naskórka ostrymi narzędziami, przypalanie czy wyrywanie włosów. Niepokojącymi sygnałami są zabandażowane nadgarstki, niegojące się przez dłuższy czas rany. Zwłaszcza, jeśli dziecko tłumaczy się drobnymi kontuzjami, jak na przykład poparzeniami, sprzeczkami z rówieśnikami czy nieustannymi wypadkami. Nie należy jednak „popadać w paranoję”. Zachowajmy zdrowy rozsądek, wypadki po prostu się zdarzają, więc nie ma potrzeby do nadmiernego zainteresowania każdym zadrapaniem na ciele. Ale zachowajmy czujność!

Niezwykle niebezpieczną postacią samookaleczenia świadcząca o tym, że dziecko wymaga natychmiastowej pomocy specjalisty, jest samo-okaleczenie ukryte. Polega ono na kaleczeniu niewidocznych miejsc tak, aby nie zwrócić uwagi rodziców i nauczycieli. Dzieci ranią się w pachwinach, zgięciach kolan, rąk czy między palcami. Odkrycie tego zjawiska jest bardzo utrudnione. W takim przypadku ważne jest, by zwrócić uwagę na aktywność dziecka w Internecie. W dzisiejszych czasach to właśnie tam, w przypadku braku kontaktu z rodzicami, dzieci szukają pomocy i porad w ważnych dla siebie sprawach. Co więcej, młodzież spotyka się na forach i portalach internetowych wymieniając doświadczenia, a nawet rozmawiając o sposobach kaleczenia się i ukrywania tego przed dorosłymi.

NIE BAGATELIZUJ!

Bez względu na to, z którą z form samookaleczenia mamy do czynienia, świadczy ona o problemie. W przypadku okaleczenia ukrytego mamy jasny sygnał, iż problem jest na tyle poważny, że sami sobie z nim nie poradzimy. Potrzebna będzie pomoc specjalistów: psychologów, możliwe że również psychiatrów. W skrajnych przypadkach bagatelizowanie tego problemu może prowadzić nawet do śmierci.

W każdym regionie znajdują się specjalistyczne poradnie, do których można udać się po pomoc. Jeżeli problem nie jest nagły, można zgłosić się do zwykłego psychologa, który wedle uznania wystawi skierowanie do osoby specjalizującej się w leczeniu autoagresji.

Na stronie (<http://www.ipz.edu.pl> bądź inne podobne źródło) istnieje możliwość rozmowy z najlepszymi psychologami i innymi specjalistami, zajmującymi się tym problemem. Pomocne będzie również skorzystanie z telefonu zaufania.

Grzegorz Kłós



REKLAMA AHE