



Jak być wystarczająco dobrym rodzicem?

Każdy z nas chciałby być jak najlepszym rodzicem, jednak łatwo się zgubić w gąszczu poradników, książek oraz rad udzielanych przez rodzinę i znajomych.

Poniżej przedstawiam przykładowe pozycje, które na pewno warto przeczytać wychowując dziecko, jeśli nie mamy czasu na udział w warsztatach umiejętności wychowawczych, a nasze własne pomysły i sposoby wydają się nam nieskuteczne.

Znajdą tam Państwo zarówno takie pozycje, które propagują rodzicielstwo bliskości i podążanie za dzieckiem, jak i takie, które podpowiadają, w jaki sposób można poradzić sobie z trudnym zachowaniem naszego dziecka.

Warto pamiętać, że nie ma rodziców idealnych i każdy z nas ma prawo do błędów, ale trzeba te błędy umieć dostrzec i ich nie powtarzać. Każdy ze współczesnych modeli wychowawczych wskazuje na podmiotowe traktowanie dziecka. Co to oznacza? Podstawą jest szacunek dorosłego dla dziecka, dostrzeganie perspektywy dziecka, nie lekceważenie jego potrzeb, smutków i lęków. A przede wszystkim nasza uważność i pamiętanie, że czas, który spędzamy z dzieckiem, powinien być rzeczywiście dla niego, bo jeśli np. rozmawiamy przez telefon, albo przeglądamy wiadomości na smartfonie czy tablecie, to nawet jeśli zapewniamy dziecko, że go słuchamy, albo że widzimy, jak pięknie podskakuje na jednej nodze, to nie jesteśmy z nim autentycznie i dziecko to czuje. Jednocześnie pamiętajmy jednak, że dziecko nie jest małym dorosłym. To my, rodzice, podejmujemy ważne decyzje i uczymy dziecko przez modelowanie, jak należy się zachowywać, jakie obowiązują zasady i reguły, bo przecież wychowujemy człowieka, który będzie żyć w społeczeństwie, a kompetencje miękkie są bardzo ważne dla osiągnięcia sukcesu zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym.



Warto też przeczytać, czego możemy oczekiwać od naszego dziecka, tzn. które zachowania są typowe dla danego wieku rozwojowego i nie mamy się czym martwić, a co z kolei może nas zaniepokoić i wówczas warto udać się z dzieckiem do specjalisty, żeby wcześniej zareagować i w razie potrzeby pomóc dziecku, albo też uspokoić się wykluczając ewentualne niepokoje.

Propozycje literatury dla Rodziców:

- B. Bettelheim „Wystarczająco dobrzy rodzice” Rebis, 2016
A. Stein „Dziecko z bliska” MAMANIA, 2012
L. J. Cohen „Rodzicielstwo przez zabawę” MAMANIA, 2015
L. J. Cohen „Nie strach się bać” MAMANIA, 2015
L. J. Cohen „Siłowanki” MAMANIA, 2013
M. Całusińska, W. Malinowski „Trening umiejętności wychowawczych” GWP, 2013
A. Kołakowski, A. Pisula „Sposób na trudne dziecko” GWP, 2015
A. Faber, E. Mazlish „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły” Media Rodzina
A. Faber, E. Mazlish „Rodzeństwo bez rywalizacji” Media Rodzina
A. Faber, E. Mazlish „Wyzwoleni rodzice, wyzwolone dzieci” Media Rodzina
A. Faber, E. Mazlish „Jak mówić, żeby dzieci się uczyły” Media Rodzina
G. Haug-Schnabel „Każde dziecko może mieć sucho” Media Rodzina
A. Kast-Zahn „Każde dziecko może nauczyć się reguł” Media Rodzina
A. Kast-Zahn, H. Morgenroth „Każde dziecko może nauczyć się spać” Media Rodzina
M. Molicka „Bajki terapeutyczne” Media Rodzina
A. Gierasimowa „Przewodnik po wczesnym rozwoju dziecka” Oficyna Wydawnicza ABA 2007
F. L. Ilg, L. Bates Ames, S. M. Baker „Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat” GWP, 2015



Opracowała: Elżbieta Jasińska