

„Bite dzieci widzą świat inaczej” - Zapraszamy do udziału w kampanii

Pracownicy Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Wąbrzeźnie włączyli się do ogólnopolskiej kampanii pt. „Bite dzieci widzą świat inaczej”. Organizatorami akcji są Fundacja Dzieci Niczyje, Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej, Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia" IPZ (partner kampanii) oraz Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (patron kampanii).

Celem kampanii jest uświadomienie rodzicom negatywnych konsekwencji stosowania kar fizycznych oraz przekazanie wiedzy na temat pozytywnych metod wychowawczych.

Rodzice zwykle uważają, że karanie za pomocą klapsów lub zbitcie dziecka umożliwia egzekwowanie zasad i wprowadza dyscyplinę. Tylko niekiedy niektórzy zastanawiają się nad konsekwencjami takiego postępowania. Na podstawie wieloletnich obserwacji oraz wnikliwych badań ustalono szereg skutków stosowania przemocy wobec dzieci. Te najbardziej znane to urazy ciała i ból (utrata przytomności, krwawienia, złamania, w skrajnych sytuacjach – nawet śmierć), a także psychiczne cierpienie dziecka. Niestety kary fizyczne niosą za sobą o wiele więcej następstw. Dzieci bite przejawiają niską samoocenę, czują winę, wstyd i odrzucenie, mogą przejawiać podwyższony poziom lęku, napięcie. To także takie dzieci, które są agresywne, skłonne do poniżania innych. To właśnie następstwem agresji domowej mogą być zaburzenia snu, moczenie nocne, problemy z utrzymaniem koncentracji oraz nadpobudliwość. Najbardziej niebezpieczne - skłonność do depresji, próby samobójcze.

W raporcie przeprowadzonym na potrzeby kampanii, odnajdziemy następujące informacje:

„60% badanych pamięta, że chociaż raz dostali lanie w dzieciństwie. Co piątemu z nich (19%) zdarzyło się to wiele razy. Doświadczenia takie częściej deklarowali starsi respondenci oraz ci, w których rodzinach nadużywano alkoholu. W grupie osób, które doświadczyły w młodości kar fizycznych, tylko 8% oceniło, że kary te negatywnie wpłynęły na ich dalsze życie, 32% osób uznało, że nie miały żadnego wpływu, a 43%, że miały wpływ pozytywny – „wyszło im na dobre”. Nie potrafiło dokonać jednoznacznej oceny 17% osób.”

10 POWODÓW, BY NIE BIĆ DZIECI

1. Bicie dzieci może doprowadzać do fizycznych urazów, takich jak zasinienia, obrzęki, krwiaki podtwardówkowe, uszkodzenia nerwów i złamania kości.
2. Bicie dziecka niszczy jego ufność i burzy poczucie własnej wartości. Dzieci znacznie chętniej podejmują zachowania nastawione na współpracę, jeśli łączy je z rodzicami silna więź miłości.

3. Bicie dzieci powoduje przekazywanie postawy akceptacji przemocy z pokolenia na pokolenie. Dzieci, które są często bite, uczą się stosowania przemocy.
4. Bicie dzieci uczy je, że „silniejszy ma zawsze rację”.
5. Bijąc dziecko za złe zachowanie, opiekun traci ważną szansę nauczenia go właściwego sposobu postępowania.
6. Strach nie jest skuteczną metodą uczenia dzieci pożądanych zachowań. Bite dzieci zwykle zachowują się dobrze tylko wtedy, kiedy stosujący przemoc dorosły znajduje się w pobliżu.
7. Wspomnienia z dzieciństwa osób, które jako dzieci były często bite, są zwykle pełne gniewu i urazy.
8. Bicie dziecka jest wyrazem bezsilności, złości i frustracji rodzica, nie zaś edukacją dziecka.
9. Dzieci są często bite za zachowania, które nie są „złe” czy „niewłaściwe”, ale wynikają z ich naturalnej potrzeby badania świata, a także z potrzeb związanych z odżywianiem, snem, ruchem czy chęcią zwrócenia na siebie uwagi.
10. Dzieci najłatwiej uczą się pożądanych zachowań, kiedy dorośli wyjaśniają im, jak powinny postępować, rozmawiają z nimi oraz własnym zachowaniem dają im przykład odpowiedzialności, troski i samodyscypliny.

MAŁYMI KROKAMI DOCHODZI SIĘ DO WIELKICH CELÓW

„ Spędzaj z dzieckiem czas każdego dnia

Wyznaczcie czas w ciągu dnia, który domownicy będą spędzali wspólnie, nie zajmując się innymi sprawami. Doda to sił zarówno rodzicom, jak i dzieciom. Od ilości wspólnego czasu ważniejsze są uwaga i radość, jakie daje on wszystkim członkom rodziny. Dziecko powinno odbierać jasny przekaz: „Teraz jestem tu dla ciebie i poświęcam Ci całą uwagę”.

Myśl pozytywnie

Dzień po dniu kieruj swoją uwagę w większym stopniu na dobre niż na złe strony życia. Z kogoś, kto widzi szklankę do połowy pustą, zmień się w osobę, która widzi ją w połowie pełną.

Chwal swoje dziecko

Czy Twoje dziecko wie, kiedy podoba Ci się jego zachowanie? A może bez przerwy je krytykujesz i zrędzisz? Zwracaj uwagę na te zachowania dziecka, które sprawiają Ci przyjemność i stanowią dla Ciebie miłe zaskoczenie. Poświęcaj mu wtedy dużo uwagi. Dla dziecka nie ma nic lepszego niż poczucie, że jest akceptowane. Zwiększaj Wasze szanse na odniesienie sukcesu – ilekroć małe dziecko zdoła przezwyciężyć przemożną chęć, aby zrobić coś niewłaściwego, a starsze dowiedzie, że zastanowiło się nad swoim postępowaniem, zasługuje na wsparcie i pochwałę. Nie szczędź mu ich!

Rozmawiaj z dzieckiem

Często sądzimy, że nasze dziecko doskonale wie, czego od niego chcemy. To nieprawda. Zadbaj o to, żeby rzeczywiście rozumiało Twoje prośby i polecenia.

Przed wszystkim:

- Nie krzycz do dziecka z innego pokoju, przyjdź do niego.
- Patrz na nie, kiedy mówisz mu, czego od niego oczekujesz.
- Dotknij jego ramienia.
- Znajdź właściwe słowa – komunikat powinien być krótki, jasny i prosty, żeby dziecko mogło go zrozumieć.

- Daj mu trochę czasu na dokończenie zabawy.
- Pytaj dziecko o jego zdanie w sprawach, które go dotyczą.
- Traktuj opinie dziecka poważnie; przecież stanowicie drużynę. W ten sposób możecie wymyślić dużo lepsze rozwiązania niż te, na które wpadłbyś sam.

Badź wyrozumiały

Możesz z humorem i taktem przymykać oczy na niewielkie „wykroczenia”. Jeśli dziecku wymysknie się „brzydkie” słowo, zignoruj to. Jeżeli marudzi przy jedzeniu, okaż mu trochę zrozumienia. Jeśli stłucze filiżankę, przyjmij to spokojnie. To może się zdarzyć każdemu.

Reaguj szybko i pozytywnie

Jeśli zachowanie dziecka Cię drażni, słowa: „Zrób tak” zawsze brzmią lepiej niż: „Nie rób tak” („Odsuń się na chwilę” jest zawsze lepsze niż: „Nie zasłaniaj mi”). Umacniaj wiarę dziecka w siebie, zamiast je tłamsić lub upokarzać. Okaż mu zaufanie. Dodawaj mu otuchy. Kategorie „nie i koniec” zachowaj na najważniejsze sytuacje.

Rozwiązuj konflikty

Nie trać z dzieckiem kontaktu. Nie kłóć się z nim. Możesz dowolnie pokierować jego zachowaniem za pomocą wsparcia, zachęty, jasnych reguł i konsekwencji. To trochę tak, jakbyś próbował ostrożnie przeprowadzić samochód przez oblodzony fragment drogi.

Znajdź czas dla siebie

W spokojnym momencie zastanów się: „Co jest dla mnie najważniejsze na tym etapie życia? Do jakich celów dążę, wychowując dzieci? Co mogę zrobić, żeby je osiągnąć? Jak mogę zaangażować w ten proces swoje dziecko?” Nawet najbardziej kochający i troskliwi rodzice popełniają błędy. Dla dzieci najbardziej liczą się nie nasze błędy, ale to, jak na nie reagujemy – czy umiemy przeprosić, czy okazujemy wolę porozumienia i czy jesteśmy gotowi się zmieniać. To daje naszym dzieciom siłę i odwagę.”

W ramach akcji pracownicy PPP w Wąbrzeźnie zapraszają wszystkich chętnych rodziców do udziału w 2 godzinnym, bezpłatnym spotkaniu pt. „Zamiast klapsa – jak z miłością i szacunkiem wyznaczyć dziecku granice”. Prosimy o kontakt osobisty w PPP ul. Pruszyńskiego 14 lub telefoniczny (0566882175)- Anna Jaworska, Agnieszka Bester

W artykule wykorzystane zostały materiały kampanii „Bite dzieci widzą świat inaczej”

Więcej informacji: www.dobryrodzic.pl

www.dziecinstwobezprzemocy.pl

Opracowała Anna Jaworska- psycholog PPP Wąbrzeźno