

Kochać to znaczy wymagać, czyli słowo o granicach w wychowaniu

psycholog

Anna Wójcik



Kochać ... bezwarunkowo

Rodzicem się nie jest. Rodzicem się staje przez to, co się robi.

Dziecko otoczone bezwarunkową miłością ma poczucie bezpieczeństwa, a jego samoocena i moc sprawcza są adekwatne. Dziecko jest wtedy pewne własnej wartości. Realnie ocenia swoje mocne i słabe strony.

Jaki jest cel wychowania?

- Wyposażyć dziecko w taki pakiet umiejętności, aby było samodzielne oraz, aby dobrze żyło się mu z innymi ludźmi a ludziom z nim.





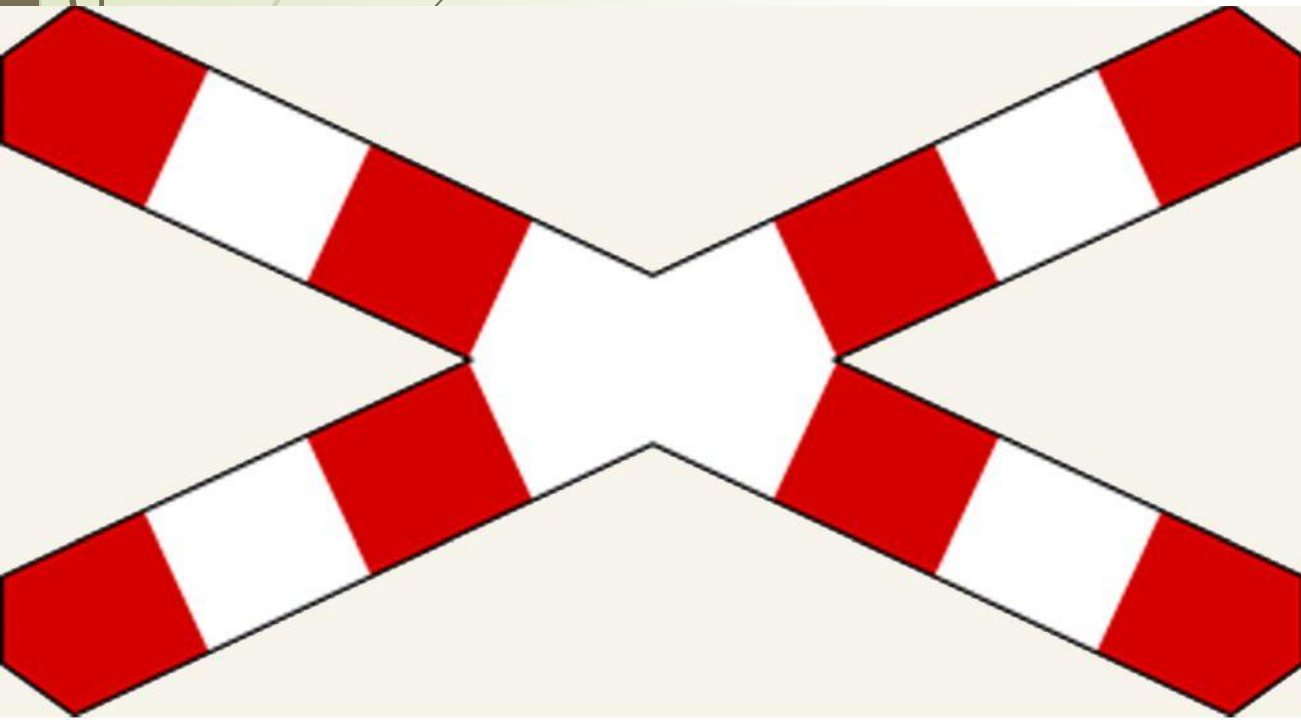
Jak to osiągnąć?

- Uczyć samodzielności;
- Uczyć odpowiedzialności;
- Rozbudzać ciekawość świata;
- Jasno wytyczać granice;



Dlaczego?

- ▶ Dziecko potrzebuje wiedzieć, kto tu rządzi, czego się od niego oczekuje, kto naprawdę kontroluje sytuację, jak daleko może się posunąć i co się stanie, jeżeli posunie się za daleko.



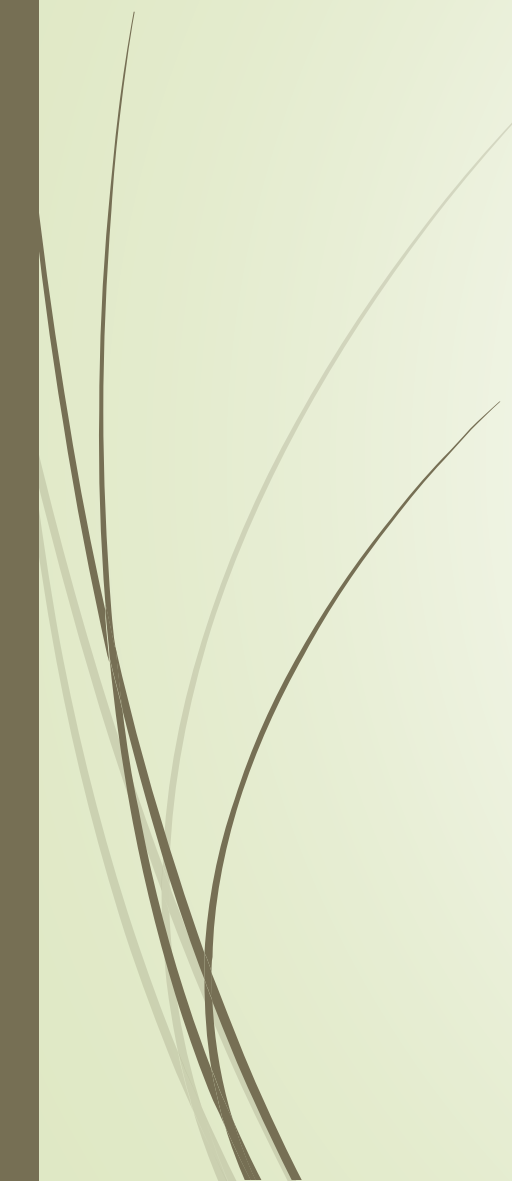


I tak dochodzimy do sedna, czyli do GRANIC

- Wyznaczanie granic jest procesem dynamicznym, zmienia się w miarę rozwoju dziecka.
- Inne granice będzie miał trzylatek, a inne nastolatek.
- Wyzwaniem dla Rodziców jest ciągłe dostosowanie i poszerzanie granic.



Po co te granice?

- ▶ Pomagają odkrywać świat;
 - ▶ Określają ścieżki akceptowanych zachowań;
 - ▶ Pomagają budować relacje z ludźmi;
 - ▶ I najważniejsze: DAJĄ POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA.
- 



Czym są granice?

- W świecie fizycznym: płoty, szlabany, ogrodzenia;
- Informują o tym, gdzie zaczyna i kończy się moja własność;
- W świecie duchowym są równie rzeczywiste, jednak trudniej je dostrzec;
- Granice określają, co jest mną, a co już mną nie jest;
- Pokazują gdzie „kończę się” ja, a zaczyna ktoś inny;
- Budują poczucie własności i odpowiedzialności w odniesieniu do samego siebie;
- Jeśli wiem, gdzie zaczyna się i kończy mój teren mogę z nim zrobić, co zechcę;

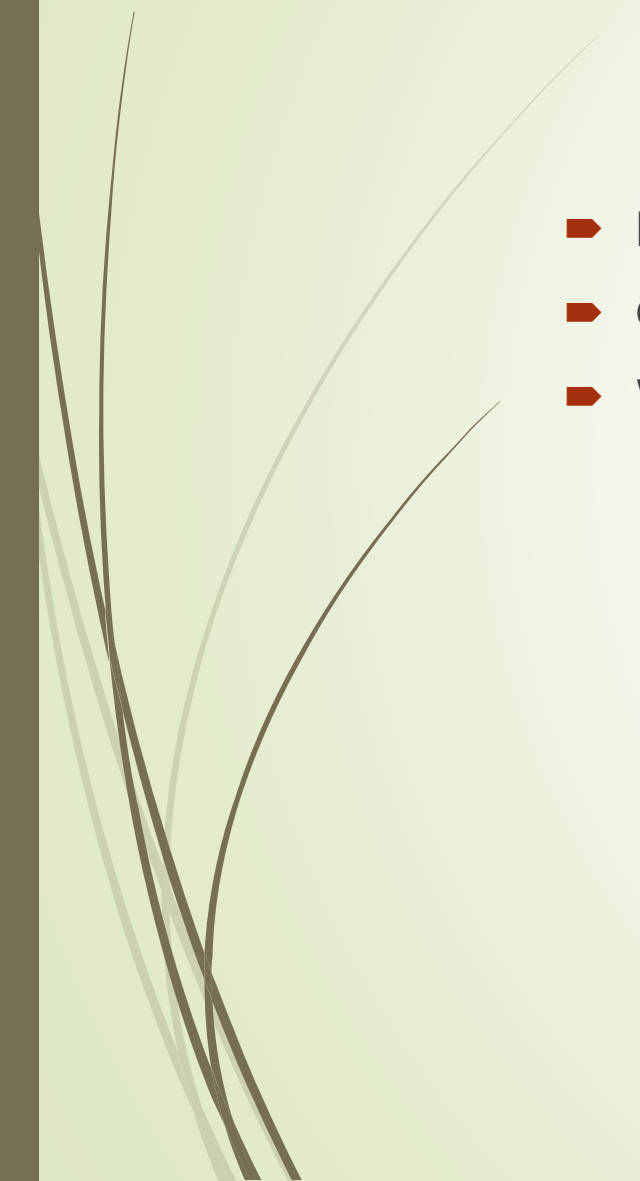


System granic

- ▶ Bardzo umowny podział na system zewnętrzny i wewnętrzny;
- ▶ System zewnętrzny pozwala decydować o dystansie , jaki chcę utrzymywać z innymi ludźmi;
- ▶ System wewnętrzny chroni nasze myśli, uczucia i emocje.
- ▶ Inny podział dzieli granice na:
 - ▶ Fizyczne;
 - ▶ Intelktualne;
 - ▶ Emocjonalne;
 - ▶ Duchowe.



Brak lub niestabilne granice

- ▶ Prowokuje to do nadmiernego testowania, na ile mogą sobie pozwolić;
 - ▶ Obniżają wyniki w nauce;
 - ▶ Wpływają negatywnie na poczucie odpowiedzialności.
- 

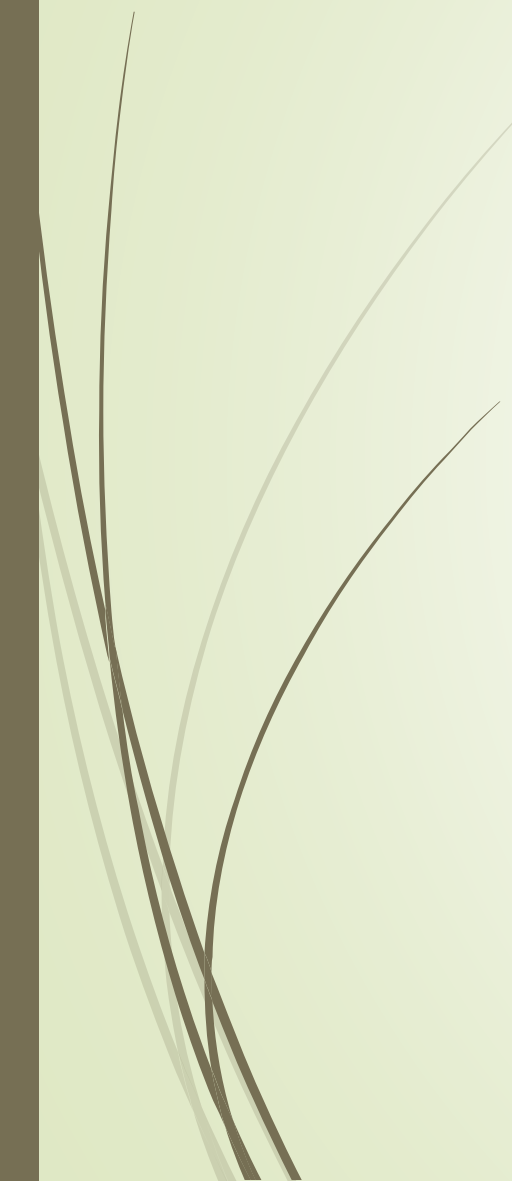
Granice fizyczne

- ▶ Granicą jest skóra ludzka, która nadaje ciału właściwy kształt;
- ▶ Są też granice przestrzenne, określają one możliwą i niemożliwą do przyjęcia bliskość fizyczną;
- ▶ Zależą one od indywidualnych preferencji, stopnia zażyłości oraz norm kulturowych;



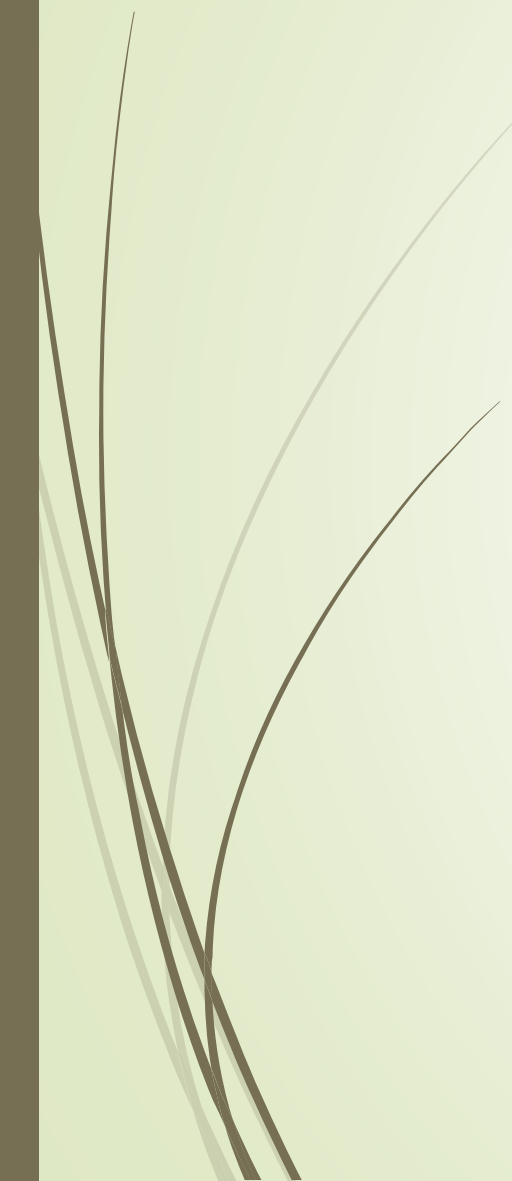


Granice emocjonalne

- ▶ Te granice formują się we wczesnym okresie życia;
 - ▶ Wpływa na nie jakość więzów między rodzicami a dzieckiem;
 - ▶ Pozwalają one określić własne uczucia, które pojawiają się w związku z daną sytuacją, osobą lub miejscem.
- 



Granice intelektualne

- Pozwalają ufać własnym spostrzeżeniom;
 - Dzięki nim wiem, czego pragnę, potrzebuję oraz czego nie chcę i co jest mi zbędne;
 - Jeśli mam zdrowe granice nie mylę swoich pragnień z pragnieniami innych ludzi;
 - Pozwalają na przyjmowanie informacji ze świata zewnętrznego, przeanalizowanie ich i ustalenie czy przyjmuję je za swoją.
- 



Granice duchowe

- ▶ Pozwalają na uświadomienie sobie prawdy o niezmiennej rzeczywistości Bożej;
- ▶ Pomagają określić siebie w relacjach ze Stwórcą;
- ▶ Uczą odpowiedzialności, mimo iż narzucają pewne ograniczenia;
- ▶ Wymagają stałej autorefleksji odnośnie hierarchii wartości i systemu przekonań.



„Osoba pozbawiona granic jest niewrażliwa na granice innych i nieświadoma ich istnienia”.

Stefan Kardynał Wyszyński

Rodzicu!

Wytyczanie jasnych i dobrze określonych granic NIE SPRAWI, że dziecko przestanie Cię kochać.

Sprawi, że będzie darzyć Cię szacunkiem oraz przekona się o tym, że jest bezpieczne i żyje w przewidywalnym świecie.

