

Ali je v primerjavi s starim načinom lažje vzgajati na pozitiven način?

Veliko staršev uporablja stare metode, ki pri vzgoji današnjih otrok niso več učinkovite in ne prinašajo dolgoročnih pozitivnih rezultatov. Raziskave so pokazale, da je večina današnjih psiholoških bolezni, za katerimi trpi veliko ljudi, posledica uporabe številnih zastarelih vzgojnih tehnik. Vse več je težav s stresom, depresijo, z nizkim samospoštovanjem, pretirano živčnostjo in zaskrbljenostjo, nasiljem ter s slabšimi odnosi.

Zakaj starši v vzgoji še vedno uporabljamo številne zastarele tehnike, kaznujemo, občutimo krivdo in ne zaživimo starševstvo, kot bi hoteli? Razlog ni v tem, da bi namerno želeli slabše svojim otrokom, ampak v pomanjkljivem znanju, v nepredelanih zakoreninjenih vzorcih in prepričanjih ter v uporabi starih vzgojnih pristopov. Starševstvo zajema resnično široko in kompleksno področje za katerega večina staršev ni bila posebej pripravljena, zato na delavnicah za *pozitivno vzgojo in starševstvo* učim metode, ki so lahko staršem v pomoč pri:

- razumevanju otrokovega vedenja,
- razumevanju razvoja otrokovih možganov,
- razumevanju otrokovih močnih čustev,
- razumevanju otroka, ki se počuti zaskrbljen, sramežljiv in plašen,
- učinkovitih pristopov, če vas otrok udari, kriči, noče deliti igrač s prijatelji, ne zmore sklepati prijateljstev, se vas oklepa, se tepe s sorojenci, močno joče, govori grde besede, itn.
- postavljanju bolj spoštljivih in odločnih meja, a brez kaznovanja in občutka krivde,
- razvijanju zdravega samospoštovanja,
- razumevanju samega sebe in
- razvijanju boljšega odnosa z otrokom in samim seboj.

Star način nas uči, da je potrebno otroka premagati, z njim tekmovati in ga ponižati zato, da bi se naučil lepega vedenja. Morda to otroke kratkoročno res spodbudi k lepšemu vedenju, vendar vedno na račun njihovih temeljnih psiholoških potreb.

Na mojih delavnicah se učimo pozitivnega starševstva, ki ni ponižujoče, ampak temelji na spoštovanju in odločnosti. Ali je dolgoročno bolj učinkovito kot star način? Najnovejše psihološke in nevroznanstvene raziskave so pokazale, da JA. Kazen, ki jo dodelimo otroku, pogosto kaže na naš nepredelan strah in je torej naša čustvena reakcija na otrokovo vedenje, zaradi katere nam je kasneje večinoma žal. Četudi morda tega ne izrečemo na glas, nam to govori naš notranji občutek. Pogosto se izgovarjamo, da je to edina oblika, s katero lahko otroku pomagamo, da se bo lepše vedel. Težava je, da otroci ne razmišljajo tako, namesto tega pa čutijo, da niso dovolj razumljeni.

Ali je torej v primerjavi s starim načinom lažje vzgajati na pozitiven način? Včasih je res lažje in spet včasih sploh ne. Pozitivno starševstvo nas ne obvaruje pred bolečino, ampak nam pomaga, da se nanjo umsko in čustveno bolje pripravimo. Pozitivno starševstvo od nas staršev zahteva, da manj čustveno reagiramo in da nenehno delamo na lastnih nepredelanih vzorcih. Taka vzgoja je proces in žal nihče nima čarobne paličice, s katero bi naše starševsko vedenje čez noč spremenil. Tak način vzgoje od nas terja, da prenehamo biti bitja, ki na tisto, kar nam pri otroku ni všeč, reagiramo avtomatsko. Zahteva več poguma, potrpežljivosti, truda in znanja o novih, bolj učinkovitih pristopih. Zato taka vzgoja ni enostavna, je pa vredna, saj nas notranje bogati, pomirja in povezuje z našimi otroki, in otroci nam bodo za to neizmerno hvaležni.

Kot je dejal že Albert Einstein: »Težav ni mogoče odpraviti z zavestjo, ki je na enaki ravni kot tista, ki je težave ustvarila. Za reševanje naših težav moramo spremeniti raven naše zavesti. Razmislimo o tem.«

Članek napisala: Klara Bajec: Mama dveh deklic starih 7 in 8 let, podjetnica, svetovalka in certificirana trenerka za pozitivno vzgojo in starševstvo, praktik in mojster nevrolingvističnega programiranja, inštruktorica osnov Zakona privlačnosti, mojster investiranja in coach za vodenje osebnih financ. Na podlagi dolgoletnega izobraževanja in izkušenj z lastnimi otroki je razvila veliko preprostih, vendar učinkovitih pristopov, ki brez večjega stresa resnično delujejo.

Klara Bajec,

podjetnica, svetovalka in certificirana trenerka za pozitivno vzgojo in starševstvo, praktik in mojster nevrolingvističnega programiranja, inštruktorica osnov Zakona privlačnosti, mojster investiranja in coach za vodenje osebnih financ.

E-mail: info@pozitivnavzgoja.com

Spletna stran: <http://www.pozitivnavzgoja.com/>

FB stran: Pozitivna vzgoja in starševstvo

Telefon: 040 698 070