

„10 kroków, by stać się lepszym rodzicem” – rady dla rodziców, w jaki sposób unikać błędów w wychowaniu dzieci”.

Każdy rodzic wie, że wychowanie dziecka nie jest proste, zwłaszcza w przypadku dziecka niepełnosprawnego. Rodzice bowiem poprzez proces wychowania dążą do wyposażenia swej pociechy w umiejętności niezbędne do tego, aby stała się ona - na ile to możliwe – niezależnym człowiekiem. Tylko jak tego dokonać, kiedy nasze dziecko napotyka na utrudnienia w rozwoju i wymaga więcej opieki niż rówieśnicy.

Wymagania wobec dzieci ze specjalnymi potrzebami należy koncentrować na kształceniu umiejętności bezpośrednio przydatnych w codziennym życiu, umiejętności dotyczących stosunku dziecka do samego siebie i pozwalających mu na optymalne zrealizowanie różnych zadań. Ewa Muszyńska w książce „Dziecko niepełnosprawne w rodzinie” podaje, że rodzice winni uczyć:

- **samodzielności**
- **odporności emocjonalnej**
- **optymizmu**
- **akceptowania siebie i swojej niepełnosprawności**

oraz umiejętności właściwych kontaktów z innymi osobami, czyli:

- **komunikatywności**
- **prospołeczności i umiejętności współdziałania**
- **asertywności i umiejętności rozwiązywania problemów interpersonalnych.**

Bez potrzeby nie należy wyręczać dziecka – ponieważ wyręczanie wcale mu nie pomaga, a wręcz uczy biernej postawy w życiu i oczekiwania w każdej sytuacji pomocy od innych. Gdy dziecko dorośnie, nie stara się podejmować wyzwań. Ma niską samoocenę – nie wierzy w siebie i swoje możliwości. Oczekuje jednocześnie, że inni powinni mu pomagać, sam jest bierny i nie angażuje się w żadne działania

Dziecko z dysfunkcjami trzeba zachęcać do robienia wysiłków i systematycznie, lecz „małymi kroczkami” podnosić stawiane mu wymagania. Podczas tych ćwiczeń i zabaw należy dać mu odczuć, że jest się dumnym z jego osiągnięć.

Warto, aby odpowiednio dostosować do możliwości dziecka zakres domowych obowiązków. Nauczycie go samodzielności oraz wytrwałości w działaniu. Pokaże, że aby zrobić coś pożytecznego, trzeba włożyć w to wysiłek. Da także dziecku poczucie, że jest potrzebne i wnosi wkład w życie rodziny.

Należy często chwalić swoje dziecko – dzięki czemu wzrasta w nim poczucie własnej wartości. Nie powinno się krytykować dziecka, nawet wtedy, gdy jest mało zaradne i coś mu nie wychodzi, ponieważ taka postawa zniechęca do podejmowania aktywności oraz powoduje, że człowiek w przeszłości źle ocenia siebie oraz nie wierzy we własne siły. Warto wspierać dziecko ucząc je, że nie zawsze liczy się szybkość działania, czy wielkość sukcesu, ważne są jednak starania i włożony wysiłek.

Wychowanie powinno opierać się na szukaniu w dziecku mocnych stron, a nie skupiać się na słabych stronach dziecka których być może nigdy nie będzie można zniwelować. Właściwie prowadzona praca z dzieckiem, uwzględniająca jego potrzeby oraz możliwości jest zawsze skuteczna, natomiast zauważalne wyniki dają wiele satysfakcji i zadowolenia tym, którzy się jej podjęli.

Należy również pamiętać, że dziecko potrzebuje nie tylko rehabilitacji, musi mieć czas na odpoczynek i zabawę. Podczas zabaw i ćwiczeń trzeba uważnie obserwować dziecko: jeżeli jest zmęczone, nie chce po raz kolejny raz np. układać domku z klocków, daj mu odpocząć.

Ważne jest, aby nie izolować dziecka z problemami rozwojowymi, powinno od początku mieć kontakt z rówieśnikami, i jeśli to tylko możliwe uczęszczać do szkoły tak, jak inne dzieci. W grupie rówieśniczej dziecko uczy się nawiązywać kontakty i utrzymywać relacje z drugim człowiekiem. Wśród innych dzieci młody człowiek nabywa umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych i trudnych. Kontakt z grupą rówieśniczą jest też niezbędny, aby dziecko nie bało się świata zewnętrznego i potrafiło stawić czoła trudnym sytuacjom, jakie może spotkać w swoim życiu, związanym z odrzuceniem, czy brakiem akceptacji ze strony innych. Wreszcie relacje z innymi dziećmi są niezbędne dla właściwego rozwoju emocjonalnego i psychoseksualnego. Dzięki kontaktom z rówieśnikami dziecko wypracowuje własne sposoby radzenia sobie z negatywnymi emocjami, takimi jak złość, zazdrość czy strach. Natomiast dorastający nastolatek doświadcza czym jest przyjaźń oraz pozna różne formy i zasady kontaktów międzyludzkich.

Najważniejsze jednak jest, aby kochać, kochać, kochać dziecko. Ono potrzebuje waszej mądrej miłości, czyli takiej, która pozwoli mu rozwijać się do pełni swoich możliwości, aby wreszcie stać się samodzielną i niezależną jednostką, która nie boi się poruszać w świecie i potrafi stawić czoła wyzwaniom, które spotyka. A tego może nauczyć się jedynie aktywnie uczestnicząc w życiu rodzinnym i w grupie rówieśników.

Błędem wychowawczym są nadmierne lub niedostateczne wymagania w stosunku do dziecka. Błąd ten jest związany z niewłaściwą oceną możliwości dziecka, to znaczy z niedocenianiem, bądź przecenianiem go. Niedocenianie możliwości dziecka prowadzi często do nadopiekuńczości, wyłączenia go we wszystkich czynnościach. Taka nadmiernie chroniąca, protekcyjna postawa wobec dziecka utrudnia mu przystosowywanie się do środowiska. Negatywne skutki może wywołać przecenianie możliwości dziecka. Nie wszyscy rodzice są w stanie zaakceptować fakt, że dziecko, z którym wiązali jakieś plany, nie będzie w stanie ich zrealizować i żądają od dziecka wysiłków przekraczających jego możliwości.

Trzeba doceniać jego starania i wysiłek podejmowany przez dziecko. Jeśli coś sprawia mu trudność, nie przekonuj go, że jest to niezwykle łatwe zadanie. To nie jest pomocne. Jeśli w końcu uda mu się to osiągnąć, będzie uważało, że nie dokonało niczego ważnego. Jeśli zaś poniesie porażkę, będzie załamane, że nie potrafi wykonać łatwej rzeczy. Dostrzeganie starań dziecka pozwala mu nabrać zaufania do siebie i swoich umiejętności oraz daje odwagę i siłę do samodzielnego pokonywania trudności.

Nie ma jednej niezawodnej metody wspierania rozwoju dziecka z niepełnosprawnościami. Dzieje się tak, ponieważ każde dziecko jest inne, rozwija się inaczej, ma swoje indywidualne „mocne strony”, ale także (a może przede wszystkim) specyficzne trudności. Dlatego ważne jest, aby jak najszybciej dać mu wsparcie oraz podjąć odpowiednie działania pomagające w jego rozwoju. Jako rodzice i opiekunowie, starajmy się, aby pomoc dziecku udzielana była według indywidualnego, opracowanego specjalnie dla niego planu, który ma obejmować wszystkie strefy jego rozwoju. Do tego oczywiście potrzebna będzie pomoc specjalistów (psychologów, lekarzy, fizjoterapeutów, logopedów, pedagogów), którzy udzielą Wam odpowiedzi na wiele pytań, ocenią możliwości dziecka i zaproponują właściwy dla jego potrzeb sposób postępowania.

„10 kroków, by stać się lepszym rodzicem”

1. Kochaj i akceptuj swoje dziecko.
2. Nagradzaj dziecko- uśmiechem, gestem, słowem.
3. Ucz zdrowego stylu życia, zachowaj proporcje między zabawą, nauką a odpoczynkiem
4. Zadbaj o dobre samopoczucie zarówno swoje jak i dziecka.
5. Nie izoluj dziecka.
6. Ucz nazywać emocje, uczucia; Często mów do dziecka „Cieszę się, że mi pomagasz”.
7. Szanuj indywidualność dziecka, ucz je samodzielności.
8. Ucz optymizmu, często się śmiej i żartuj.
9. Mobilizuj dziecko do działania, ale nie wyręczaj go.
10. Ucz go systematyczności i wytrwałości w działaniu.