

Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz, Małgorzata Suckiel-Bugajak

POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 204 (luty 2019)

Praktyczne uwagi pomocne we wspieraniu rozwoju swego dziecka

Umowa o Internecie

Warto z dzieckiem spisać umowę dotyczącą korzystania z Internetu. To podkreśli ważną dla niego świadomość, że rodzic docenia wagę Internetu, ale też zwróci uwagę na zagrożenia.

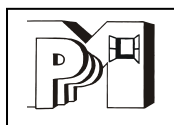
- ✓ *Wiem, że bez Twojej zgody nie mogę podawać żadnych informacji o sobie i swojej rodzinie, czyli swojego nazwiska, adresu, numeru telefonu, nazwy i adresu szkoły, miejsca, gdzie pracują członkowie mojej rodziny. Wiem też, że bez Twojej zgody mnie mogę wysyłać nikomu moich zdjęć.*
- ✓ *Wiem, że to nierozsądne kontaktować się z kimś przez Internet, jeżeli Ty o tym nie wiesz.*
- ✓ *Bez Twojej zgody nie spotkam się z nikim, kogo poznałem przez Internet.*
- ✓ *Obiecuję powiedzieć Ci o wszystkim, co mnie w Internecie niepokoi albo powoduje, że czuję się zakłopotany.*
- ✓ *Wiem, że nie mogę korzystać z żadnych stron WWW bez Twojej zgody.*
- ✓ *Będę korzystał z Internetu tylko w czasie, jaki ustalę z Tobą. To będą nasze rodzinne zasady, których będę przestrzegać.*

Data i podpis młodego człowieka

- ✓ *Chcę, żebyś korzystał z Internetu.*
- ✓ *Jako Twój rodzic (opiekun) jestem zainteresowany tym, że używasz Internetu i chcę być pewien, że jesteś bezpieczny.*
- ✓ *Zawsze możesz przyjść do mnie, jeżeli coś w Internecie sprawiło, że czujesz się źle.*
- ✓ *Zasady mogą się zmieniać. Powiedz mi, jeżeli chcesz je zmienić.*

Data i podpis rodzica (opiekuna)

Przygotowała mgr Aleksandra Lachowicz – pedagog



Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz, Małgorzata Suckiel-Bugajak

POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 204 (luty 2019)

Praktyczne uwagi pomocne we wspieraniu rozwoju swego dziecka

Tabletki na grzeczność

Czasem zdarza się tak, że rodzi się dziecko z nadpobudliwością psychoruchową i zaburzeniami uwagi. Ma ono duże trudności w koncentrowaniu uwagi, jest nadruchliwe i impulsywne, co sprawia, że trudniej jest mu poprawnie się zachowywać w domu i w szkole. Bywa też tak, wcale nie rzadko, że dziecko rodzi się w rodzinie, w której rodzice nie zajmują się specjalnie wychowywaniem dziecka, sądząc, że wychowa się ono samo. Takie dziecko też ma trudności w poprawnym zachowaniu się, ponieważ rodzice nie przekazują mu norm i zasad prawidłowego zachowania.

Najtrudniej jest jednak dziecku, które jest nadpobudliwe psychoruchowo, a jego rodzice uważają, że ma wychować się samo. Jego trudności są wielokrotnie zwiększone, gdyż są spowodowane przez kilka przyczyn. Często dziecko to przeżywa prawdziwy dramat. Napotyka w życiu na wiele kłopotów, trudności, zwykle nie jest lubiane przez rówieśników, nauczycieli i będąc jeszcze we wczesnych klasach podstawówki przejawia wyraźne objawy zagrożenia niedostosowaniem społecznym.

Tak było w przypadku Jacka. Jacek od małego był bardzo ruchliwy, energiczny, prawdziwy wiercipięta. Szybko chodził, biegał, prędko i dużo mówił. Działał, zanim pomyślał. Mama zajęta opieką nad młodszym rodzeństwem chłopca miała dla niego mało czasu, ustępowała mu, tolerowała jego wybryki, nieposłuszne zachowania, a gdy zanadto jej one już dokuczyły, Jacek dostawał w skórę. Nierzadko było tak, że gdy Mama była w dobrym humorze, upiekło się chłopcu i nie ponosił konsekwencji swoich zachowań. Innym razem za nawet lżejsze przewinienie dostawał lanie. Chłopiec był bardzo bystry i szybko zrozumiał, że nie ważne co robi, ważne, w jakim humorze są aktualnie rodzice, a jasnych, wyraźnych określonych przez rodziców granic poprawnego zachowania nie ma. Może robić, co chce. Rzeczywiste kłopoty zaczęły się w szkole. Jacek zawsze chciał robić to, co on chciał i wtedy, kiedy on chciał. Nie umiał się podporządkować nauczycielom, dogadywać się z kolegami, zgodzić się z nimi bawić. Nie był nauczony czekania na swoją kolej, szukania rozwiązania opartego na kompromisie. Jak coś nie szło po jego myśli, wyzywał inne dzieci lub bił je. Skierowano go do psychologa i psychiatry, którzy postawili diagnozę: nadpobudliwość psychoruchowa. Rodzice mieli tylko jeden pomysł; zapytali, jakie tabletki mają synowi podawać. Ze zdziwieniem usłyszeli, że to nie jest najważniejsze, choć też może niektórym dzieciom pomóc. Konieczne jest za to zabranie się za coś, czego do tej pory nie robili - za wychowywanie swego dziecka. Jest to proces niełatwy, wymagający od rodzica czasu, zaangażowania, uwagi. Jest on także jedyną szansą na zmniejszenie negatywnych zachowań u Jacka. Powinien się on zacząć od momentu pojawienia się dziecka w rodzinie, ale lepiej późno niż wcale. Nie ma tabletki na grzeczność.

Rodzice Jacka z zamyślonymi minami wyszli z gabinetu. Czy będą chcieli mu pomóc?
Jak Państwo sądzą?

Mgr Aleksandra Danielewicz - psycholog