

ISKOLAI EGYÉNI TANÁCSADÁS TÁJÉKOZTATÓ FÜZET SZÜLŐKNEK

Készült az EFOP-3.2.9-16-2016-00007 jelű az „Óvodai és iskolai szociális segítő tevékenység fejlesztése az ESZEI Szociális és Gyermejkölési Alapszolgálati Központnál” pályázati program keretében.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

A szülő-gyerek kapcsolat ápolása

Ahogy növekszik a gyerek, a tini évek alatt elkezd függetlenné válni. Egyre nehezebb a szülőnek közel maradnia hozzá. Ráadásul most mindennél fontosabb a szoros kapcsolat ápolása, mert ha most nem megy, akkor már később lehetetlen lesz.

Ilyenkor rengeteg inger éri a gyereket, új tényezők lépnek be az életébe: iskola, új érdeklődési körök és új barátok. A szülők pedig a háttérben a biztos támaszt, menedéket, irányítást, szeretetet nyújtják gyermekük számára.

A biztos kapcsolat segíti a gyereket, hogy megbirkózzon az élet útvesztőivel és ha szükséges, akkor segítséget kapjon időben.

Mire számíthat?

A gyerek igen ellenségesen tud reagálni a szülői közeledésre, mintha nem lenne kívánatos a szülő jelenléte, közeledése, segítsége, néha egyenesen zavarba jön a szülei előtt, ami számára kellemetlenséget okoz.

Ez az időszak, amikor a gyerekek inkább társaik felé nyitnak, mintsem a szüleik irányába. Ilyenkor több szabadságra és függetlenségre vágnak, ennek jeleként többször zárják magukra a szobájuk ajtaját.

Igen nehéz lehet megbirkózni ezekkel a fejleményekkel, nem szabad azonban, hogy a szülő magára vegye gyermeke dacos megnyilvánulásait, netán kudarcként vagy hibaként megélnie az események, helyzetek megváltozását.

Ez mind annak a jele, hogy a gyerek fejlődik, nem csak fizikálisan, hanem mentálisan és érzelmileg is. Nem lehet mást tenni, mint némi teret engedni a határait feszegető tininek.

De nem szabad és nem is kell teljesen elengedni a kezüket. A szülő még mindig az egyik legnagyobb befolyásoló tényező a gyerek életében. A gond, hogy a gyerek nem igazán hallgat arra, amit a szülő mond, sokkal fontosabb azonban az, amit a szülők tesznek.

Tehát inkább a tettekkel kell jó példát állítani a gyerekeknek és nem kiabálni vele folyamatosan.

Olyan viselkedésformákat érdemes mutatnia, melyeket a gyerekénél is szeretne megtapasztalni: tisztelettudó beszéd, kedvesség, egészséges életmód, felelősségvállalás.

Mit tehet a jó szülő-gyerek kapcsolat érdekében?

Íme, néhány tipp

- **Közös családi étkezések**

A közös étkezés nagyszerű időtöltés a kapcsolat megerősítéséhez. Ezért nem árt előre tervezni és az sem baj, ha nem főtt ételt esznek vacsorára, a lényeg, hogy együtt üljenek az asztalnál.

- **Esti lefekvés**

Igaz ugyan, hogy a gyerek már elég nagy ahhoz, hogy egyedül ágyba bújjon, de a lefekvés rutin megtartása szintén segít a kapcsolat ápolásában, ráadásul segít, hogy a gyerek jól kialakítsa magát, ami szükséges a fejlődéséhez.

A villanyoltás előtti időszakot töltsék együtt, beszélgessenek, olvassanak, beszéljék át a nap történéseit közösen és tervezzék meg a másnapot.

- **Töltsenek minél több időt közösen**

Keressék meg azokat a lehetőségeket, helyzeteket, amikor együtt lehetnek.

- **Mutassa ki a szeretetét a gyereke iránt!**

Ne becsülje le annak a fontosságát, hogy rendszeresen megemlítsse, mennyire szereti gyerekeit és ezt - amikor lehetősége adódik rá - tettekben is fejezze ki. A gyerek ilyenkor biztonságba érzi magát és tudja, hogy szeretik.

- **Tudjon a gyermeke dolgairól!**

Kövesse nyomon a lépéseit! Ha törődik vele, az azt is jelenti, hogy több időt tölt vele. Nem kell állandóan a sarkában lenni, de érezze, hogy Ön közel van és segít a bajban. Ha valami elrontja a kedvét, akkor pedig bátorítsa és terelje a jó dolgok felé a gondolatát.

- **Érdeklődjön gyermeke iránt!**

Érdeklődjön arról, hogy mit gondol, hogyan vélekedik, hogy érez, miket tapasztal a gyermeke!

Figyeljen arra, amit mond és ahogy mondja, így jobb képet kap arról, hogyan közeledjen felé, hogyan segíthet neki. Ha nem kioktató hangnemben válaszol neki, akkor a gyerek máskor is el fogja mondani a problémáját Önnek és segítséget is Öntől fog kérni.

