



სტატია მომზადებულია არასამთავრობო ორგანიზაციის “მშობლები განათლებისთვის” (P4E) და “თამარ გაგომიძის ნეიროფსიქოლოგიის ცენტრის” ფსიქოდიაგნოსტიკისა და ფსიქოკონსულტანტის, **ზანდა ჩეჩელაშვილის** მიერ, დისტანციური სასწავლო კურსის „კოზიტიური მშობლობის უპირატესობა“ ფარგლებში. საგანმანათლებლო კურსი შექმნილია **World Vision** საქართველოს ფინანსური მხარდაჭერით ბავშვთა მიმართ ძალადობის დასრულებისკენ მიმართული გლობალური კამპანიის ფარგლებში.

კოზიტიური მშობლობის უპირატესობა

აღზრდის ოთხი სტილი

თითოეული ოჯახი უნიკალურია გარკვეული მოლოდინებითა და მოთხოვნებით ერთმანეთის მიმართ, ურთიერთობისა და კომუნიკაციის სტილით, საკუთარი წესებით, რომელთა გატარებასაც სხვადასხვა გზით ცდილობენ.

აღზრდის კონკრეტულ სტილს ქმნის ოთხი უმნიშვნელოვანესი კომპონენტის არსებობა და მათი ურთიერთმიმართება. ესენია:

- ✓ დისციპლინის გატარების სტრატეგიები
- ✓ კომუნიკაციის სტილი
- ✓ სითბო და მზრუნველობა
- ✓ კონტროლის და მოთხოვნების ხარისხი

სწორედ ამ კომპონენტების თანაარსებობის და მათი ხარისხის (ანუ რომელი ჭარბობს, რომელი როგორაა გამოხატული) მიხედვით გამოყოფენ აღზრდის ოთხ ძირითად სტილს.

1. ავტორიტარული აღზრდის სტილი

ეს არის აღზრდის სტილი, სადაც ძალიან მაღალია მოთხოვნები ბავშვების მიმართ და ძალიან დაბალია უშუალო კომუნიკაცია. სითბოს მშობელი იჩენს მხოლოდ მაშინ ბავშვის მიმართ, როცა ის ისე იქცევა როგორც მას უნდა. მზრუნველობა გამოიხატება გადაჭარბებულ მოთხოვნებსა და მკაცრად განსაზღვრულ წესებში, რომელიც შენიღბულია ბავშვის დაცვის სურვილით, რეალურად კი ემსახურება მშობლის გადაჭარბებულ მოლოდინებსა და კონტროლის მოთხოვნილების დაკმაყოფილებას.

შესაბამისად, მშობლები არიან ძალიან მკაცრები და იშვიათია უშუალო ურთიერთობები შვილებთან. კომუნიკაცია დისტანცირებული და ცივია. ისინი გამუდმებით აკონტროლებენ შვილებს, ზუსტად უნდა იცოდნენ როდის სად არიან ისინი და რას აკეთებენ. მოითხოვენ ჰქონდეთ პასუხი შვილების ქცევებზე, რას და რატომ აკეთებენ ისინი. ნაკლებად ინტერესდებიან ბავშვების სურვილებით და განცდებით. დარწმუნებულნი არიან რომ მხოლოდ მათ იციან რა სჯობს და მათი სიტყვა დაუყოვნებლივ უნდა შესრულდეს.

ოჯახში არსებობს მკაცრად განსაზღვრული წესები, რომლებიც ერთპიროვნულად მშობლების მიერაა შემუშავებული, შვილები კი ვალდებულები არიან შეასრულონ ისინი პრეტენზიების, საწინააღმდეგო აზრის გამოთქმის უფლების გარეშე. წესების დარღვევა ისჯება სხვადასხვა სახით. მშობლები, როგორც წესი ვერ, ან არ უხსნიან ბავშვებს რა საჭიროა ესა თუ ის წესი.

ავტორიტარული აღზრდის შედეგები

ამ ტიპის ოჯახში გაზრდილი ადამიანი, როგორც წესი (თუმცა, არა ყოველთვის), გამუდმებით გრძნობს საფრთხეს, ელოდება კრიტიკას და ამავდროულად ცდილობს არ გახდეს კრიტიკის მსხვერპლი. შესაბამისად, მუდმივად ეძებს აღიარებას, ცდილობს მოიქცეს სხვებისთვის მისაღები ფორმით. აკონტროლოს თავისი ქცევა. აქვს მაღალი შფოთვა, როცა მისი აზრით უშვებს შეცდომებს, ან იქცევა სიტუაციისთვის “შეუსაბამოდ”. ამის ფონზე, ხშირად მიღება, პატივისცემა და სიყვარული მას ერთმანეთში ერევა. მუდმივად ეძებს ავტორიტეტს, რომელსაც დაექვემდებარება და მიყვება. დიდია შანსი ჰქონდეს დაბალი თვითშეფასება და თვითპატივისცემა. მიიჩნევდეს, რომ არ იმსახურებს სიყვარულსა და პატივისცემას, უფრო ხშირად იგი მუდმივად ცდილობს ისე მოიქცეს, რომ დაიმსახუროს სიყვარული და პატივისცემა. რაც იწვევს შფოთვასა და ფრუსტრაციას. ამის ფონზე, შესაძლოა ჰქონდეს სირთულეები სოციალურ ურთიერთობებში.

2. ავტორიტეტული აღზრდის სტილი

ეს არის აღზრდის სტილი, სადაც მაღალია მოთხოვნები ბავშვების მიმართ და ძალიან მაღალია უშუალო კომუნიკაცია და სიტბოს გამოხატულება. დისციპლინის გატარების სტრატეგიები მოქნილია და შეთანხმებულია ბავშვთან.

მშობლები ცდილობენ ბავშვები იყვნენ დამოუკიდებლები, ჰქონდეთ არჩევანის თავისუფლება, მიეჩვიონ და საკუთარ თავზე აიღონ პასუხისმგებლობები, პასუხი აგონ საკუთარ ქმედებებზე. მშობლები ეხმარებიან შვილებს თვითონ მოაგვარონ პრობლემები, რომლებიც ექმნებათ სწავლაში, თუ ადამიანებთან ურთიერთობებში. ისინი არიან თანამგრძობნი, მზრუნველნი და აქვთ თბილი, უშუალო და ახლო ურთიერთობა შვილებთან.

ავტორიტეტულ ოჯახში არსებობს წესები, დისციპლინას ექცევა დიდი ყურადღება, თუმცა ავტორიტეტული მშობლები პასუხობენ ბავშვების შეკითხვებს და ისმენენ, თანაუგრძობენ მათ სურვილებს. თუ ისინი არღვევენ წესებს, მშობლები ცდილობენ გაიგონ ამის მიზეზები და მიმართულნი არიან მათი დახმარებისკენ და არა გაკრიტიკებისა და დასჯისკენ. ამ შემთხვევაში წესები უფრო მოქნილია და ითვალისწინებს გარკვეულ შემთხვევებს.

ავტორიტეტულ ოჯახში, მშობლები თავად ხდებიან ავტორიტეტები და მოდელები იმისა, როგორ უნდა იქცეოდეს ბავშვი. შესაბამისად, მათ თავად აქვთ სურვილი იქცეოდნენ მათი ავტორიტეტების მსგავსად. ეს არაა ბავშვისთვის თავსმოხვეული. მან იცის, რომ სხვაგვარად მოქცევის შემთხვევაშიც, მას სცემენ პატივს და მიიღებენ ისეთს როგორც არის.

ავტორიტეტული აღზრდის შედეგები

ბავშვს, რომელიც ამ ტიპის ოჯახში იზრდება, როგორც წესი, აქვს მაღალი თვითშეფასება, შეუძლია საკუთარ ქმედებებზე პასუხისმგებლობის აღება. აცნობიერებს საკუთარ ძლიერ და სუსტ მხარეებს, იცის რა შეუძლია, რაც მას თავდაჯერებულობას ჰმატებს. აქვს მუშაობის, თუ სწავლის მაღალი მოტივაცია. შეუძლია წინასწარ განსაზღვროს მის რა ქმედებას რა შედეგი მოყვება. აქვს კარგი სოციალური უნარები - ჰყავს მეგობრები, არ უჭირს თანატოლებთან ურთიერთობა. შეუძლია თქვას “არა”. მეტად ასერტიულია და იცის სად დააწესოს საზღვრები. არ აქვს საფრთხის განცდა, რის გამოც, არ აქვს უნდობლობა ადამიანების მიმართ, აქედან გამომდინარე იგი ჯანსაღ ურთიერთობებს ინარჩუნებს გარემოსთან და ჰარმონიულია საკუთარ თავთან.

3. ლიბერალური აღზრდის სტილი

ეს არის აღზრდის სტილი, სადაც დაბალია მოთხოვნები ბავშვების მიმართ და ძალიან მაღალია სითბო და უშუალო კომუნიკაცია.

მშობლებს აქვთ ძალიან მცირე მოთხოვნა/წესი შვილების მიმართ. ხშირად მშობლები, რომლებიც აღზრდის ამ სტილს ირჩევენ უფრო მეტად მეგობრის სტატუსს ატარებენ ვიდრე მშობლის ან აღმზრდელის. შესაბამისად, დისციპლინის გასატარებლად წესები შესაძლოა სულაც არ იყოს ოჯახში, ან ფორმალურად არსებობდეს წესები, მაგრამ მას არავინ მისდევდეს, არავის ზრუნავდეს მის გატარებასა და შესრულებაზე. მშობელსა და შვილს შორის დამოკიდებულება არის თბილი, უშუალო, ყოველგვარ მოთხოვნებსა და მოლოდინებს მოკლებული. უმეტესწილად მშობელს ეშინია გარკვეული საზღვრების ან ჩარჩოს დაწესების. მაშინაც კი როცა ბავშვი არასასურველ ქცევებს ავლენს, მოზარდობაში ეს ქცევა შესაძლოა მისთვის სახიფათოც კი იყოს, მას არ შეუძლია საკუთარი უკმაყოფილების ან წყენის გამოვლენაც კი, რაკი ეშინია შვილის რეაქციის. მსგავსი უმწეობა შენიღბულია მეგობრობისა და აღზრდის თავისუფალი სტილის გამოყენებით.

ლიბერალური აღზრდის შედეგები

ბავშვს, რომელიც იზრდება არასტრუქტურირებულ გარემოში, შესაძლოა ჰქონდეს თვითმართვის სირთულეები. განუსაზღვრელი თავისუფლება ხელს უშლის მის განვითარებას. ასეთ ოჯახში

აღზრდილ ბავშვებს ხშირად უჭირთ შედეგების განჭვრეტა, იმის განსაზღვრა მათ რა ქცევას რა შედეგი მოჰყვება, უჭირთ პასუხისმგებლობების აღება საკუთარ საქციელზე. შესაძლოა შეექმნეთ პრობლემები ურთიერთობებში. შესაძლოა გაუჩნდეთ სამუშაოს მომზადების, ორგანიზების სირთულეები, მარტივად დაკარგონ მოტივაცია, რადგან არ არიან მიჩვეულნი სირთულეებთან გამკლავებას. ნეგატიურად რეაგირებენ კრიტიკასა და შეზღუდვებზე მაშინაც რო იგი ლეგიტიმურია.

4. ინდიფერენტული აღზრდის სტილი

აღზრდის ეს სტილი ხასიათდება მშობლების მხრიდან მცირე მოთხოვნებით, კომუნიკაციის სიმცირითა და პასუხისმგებლობის, ზრუნვის ნაკლებად გამოვლენით.

მშობელი არაა დაინტერესებული და ჩართული ბავშვის ცხოვრებაში. ისინი აკმაყოფილებენ შვილების ძირითად მოთხოვნილებებს, როგორცაა საცხოვრებლით, საკვებით, ტანსაცმლით, საჭირო ნივთებითა და რესურსებით შვილების უზრუნველყოფა. თუმცა, ნაკლებად არიან ჩართულნი მათ ცხოვრებაში, არ ინტერესდებიან მათი სურვილებით, მიღწევებით ან სირთულეებით.

წესები, ჩარჩო არ არსებობს, რაკი მშობელი ამის საჭიროებას ვერ ხედავს. უმეტესად მათ არ იციან სად, ვისთან ერთად ან როგორ ატარებენ დროს ბავშვები. მშობლების მხრიდან ბავშვი ფაქტობრივად უგულვებელყოფილი და იგნორირებულია. იგი ვერ იღებს ვერც ფიზიკურ და ვერც ემოციურ უკუკავშირსა და მხარდაჭერას. იძულებულია საკუთარ თავს დახმარება გაუწიოს თავად. ამდენი პასუხისმგებლობის აღება ძალიან ადრეული ასაკიდან ქმნის ადამიანებისგან გაუცხოების საფრთხეს.

ზღვარი ინდიფერენტულ მშობლობასა და უგულვებელყოფას - როგორც ძალადობის ფორმას შორის, ძალიან მყიფეა.

ინდიფერენტული აღზრდის შედეგები

აღზრდის ეს სტილი შესაძლოა იყოს საფრთხის შემცველი ბავშვისათვის, რადგან ის გავლენას ახდენს მის თვითშეფასებაზე, ზოგადად „მე“-ზე, საკუთარი თავის რწმენაზე. ბავშვს ეკარგება უსაფრთხოების განცდა, რის გამოც მას უჭირს ურთიერთობა არა მხოლოდ თანატოლებთან, არამედ მასზე უფროს ადამიანებთანაც. ურთიერთობის პრობლემები, რომელიც უნდობლობითაა გამოწვეული შესაძლოა ზრდასრულობაშიც გაგრძელდეს. ადამიანს აქვს განცდა, რომ არ იმსახურებს სიყვარულსა და პატივისცემას, არ არის საინტერესო და ღირებული, შესაბამისად,

აქვს მიჯაჭვულობის პრობლემები და თავს არიდებს ადამიანებთან ახლო კონტაქტს. აღზრდის ეს ფორმა, ხშირად აიძულებს ბავშვს საკუთარ თავზე პასუხისმგებლობა აიღოს ძალიან ადრეული ასაკიდან, რის გამოც კარგავს სილალეს, უდარდებლობას, იმას, რასაც ბავშობა ჰქვია. ზრდასრულობაში ეს შესაძლოა ვლინდებოდეს დახმარების მირების სირთულეებით, რაკი იგი თვლის რომ ყველა სირთულეს მარტო უნდა გაუმკლავდეს. უჭირს ემოციების გამოხატვა და იმის აღიარება, რომ ემოციები გააჩნია, რაკი თვლის რომ ამას მისგან არ მიიჩნევენ და გახდება უარყოფისა და უგულვებელყოფის მსხვერპლი.

ხშირად დაშვებული შეცდომები

ბავშვის აღზრდა, ერთ-ერთი ყველაზე რთული მისიაა, სადაც მშობელს უდიდესი პასუხისმგებლობა ეკისრება შვილის პიროვნებად ფორმირების პროცესში. შესაბამისად, აღზრდის პროცესში შეუძლებელია მშობელი შეცდომებს არ უშვებდეს. შეცდომები ყოველდღიურობის ნაწილია და ამის შიშით, ან თავიდან არიდების მცდელობით შესაძლოა როგორც მშობლები, ისე სრულიად ოჯახური გარემო დისფუნქციური გახდეს. იდეალურობის მოთხოვნა ერთნაირად საზიანო - როგორც შვილის, ისე საკუთარი თავის მიმართ. მნიშვნელოვანია იმის მიღება, რომ შეცდომებს აუცილებლად დავუშვებთ და მცდელობა ისინი გამოვასწოროთ.

ყველაზე გავრცელებული შეცდომები, რომელსაც უმეტესად არაცნობიერად ვუშვებთ და შეგვიძლია ვაკონტროლოთ, ემყარება საზოგადოებაში გავრცელებულ სტერეოტიპებს და მცდარ წარმოდგენებს. აღნიშნული მეთოდებით თუ მოსაზრებებით შესაძლოა ისე ვოპერირებდეთ, გვიჭირდეს ამის გაცნობიერება და დანახვაც კი.

განვიხილოთ 3 ყველაზე ხშირად დაშვებული შეცდომა:

1. არათანმიმდევრულობა აღზრდის პროცესში,

არათანმიმდევრულობა აღზრდის პროცესში, როცა მშობელი არათანმიმდევრულია საკუთარ ქცევასა და სიციპლინის გატარების სტრატეგიებში, რაც გულისხმობს მშობლის ქმედებების ურთიერთგამომრიცხავობას. კერძოდ, დღეს ერთსა და იმავე ქცევაზე აძლევენ შენიშვნას, უშლით, არ აკეთებინებთ. ხვალ კი იგივე ქცევაზე არ გაქვთ რეაქცია, არაფერს ეუბნებით და აკეთებინებთ რასაც უნდა.

არათანმიმდევრულობა ასევე გულისხმობს, რომ ერთი მშობელი უშლის რაღაცის კეთებას, მეორე კი არ უშლის. ამ დროს ბავშვი იმას აკეთებს რაც მისთვის მეტად ხელსაყრელია. მეორე მხრივ, არათანმიმდევრულობა ბავშვს აბნევს და ვერ ხვდება რომელია სწორი ქცევა და რომელი არასწორი.

თანმიმდევრულობა გულისხმობს, რომ ქცევა არასასურველია დღესაც ხვალაც და მუდმივად. შესაბამისად ამ ქცევისთვის ბავშვი ყოველთვის იღებს შენიშვნას და არ ეძლევა მისი განხორციელების საშუალება.

თანმიმდევრულობის დროს როცა ქცევა არასასურველია ამაზე ერთნაირად რეაგირების ოჯახის ყველა წევრი. შესაბამისად, ბავშვმა იცის, რომ ვერავისთან გააკეთებს იმას, რაც არაა სასურველი.

როგორ ავირიდოთ თავიდან არათანმიმდევრულობა?

- სანამ დავიწყებთ წესების შემუშავებასა და ჩარჩოს შედგენას, უნდა დავფიქრდეთ, რამდენად საჭიროა ის, რამდენად შეგვიძლია ჩვენ თვითონ ამ წესების დაცვა.
- აუცილებელია წესების შემუშავებამდე შევთანხმდეთ მეთოდებსა და შეხედულებებზე ოჯახის წევრებთან. გავარკვიოთ რამდენად შევძლებთ ერთი და იგივე სტრატეგიების გატარებას.
- არ უნდა შევადგინოთ ჩარჩო, რომელსაც ვიცით რომ ჩვენ, ან ოჯახის სხვა წევრები ვერ დაიცავენ.
- თუ ვადგენთ ჩარჩოს და ვაცნობთ მას ბავშვს უმნიშვნელოვანესია თავად დავიცვათ ის, რამდენად რთულიც უნდა იყოს მისი შესრულება.

2. ჰიპერმზრუნველობა

პირველ რიგში, ერთმანეთისგან უნდა განვასხვავოთ სითბო და მზრუნველობა და ჰიპერმზრუნველობა.

სითბო და მზრუნველობა ბავშვს უნდა ეძლეოდეს უპირობოდ და დიდი რაოდენობით.

ჰიპერმზრუნველობა - ესაა ბავშვის ნაცვლად მოქმედება. როცა მშობელი არ აძლევს ბავშვს საშუალებას დამოუკიდებლად გაუმკლავდეს ყოველდღიურ გამოწვევებს, იმათაც კი, რაც ბავშვს თვად შეუძლია. ეს ბავშვისთვის მართლაც მავნებელია. ადაბლებს მის თვითშეფასებას, დამოუკიდებლობას, მოტივაციას. ბავშვი კარგავს ადაპტურ უნარებს, ან ვერ ახერხებს ამ უნარების გამომუშავებას.

ჰიპერმზრუნველობა სახეზეა მშობლებისა და შვილების ურთიერთობისას, როცა მშობელი მიიჩნევს, რომ ბავშვს არ შეუძლია დამოუკიდებლად გაუმკლავდეს სირთულეებს, ან

ყოველდღიური ცხოვრების თანმდევ გამოწვევებს და მიიჩნევს, რომ კარგი მშობლობა ისაა, როცა ყველაფერს ბავშვის ნაცვლად- ბავშვისთვის აკეთებ.

ასაკის მატებასთან ერთად, ჰიპერმზრუნველობის პირობებში საფრთხე ექმნება ბავშვის საკუთარ ძალებში რწმენის ჩამოყალიბებას, უმრავლეს შემთხვევაში, სახეზეა მომატებული შფოთვა, შიშები, მშობელზე მიჯაჭვულობა, დადაბლებული გუნება-განწყობა, ემოციების მართვის სირთულე, აფექტურობა, დადაბლებული თვითშეფასება, ამასთან, ბავშვს მუდმივად სხვისი იმედი აქვს და უჭირს პიროვნული დამოუკიდებლობის მიღწევა. როდესაც ვერ აღწევს წარმატებას ამაში გარეშე ძალებს ადანაშაულებს. მას არ აქვს საკუთარი ძალების გამოცდის შესაძლებლობა შესაბამისად არ აქვს საკუთარი თავის ნდობა. უჭირს პრობლემებთან ბრძოლა და წარმატების მიღწევა. ეს ყოველივე საფრთხეს უქმნის ბავშვის განვითარებას. შესაძლოა სახეზე დარჩეს მუდმივი ინფანტილიზმი, არასრულფასოვნების განცდა და აშ.

როგორ ავირიდოთ თავიდან არათანმიმდევრულობა?

- პირველ რიგში უნდა გვახსოვდეს, რომ გადაჭარბებული მზრუნველობა სჭირდება მშობელს, რომელიც ამაში საკუთარ მნიშვნელოვნებას პოულობს და არა თავად ბავშვს.
- უნდა გავაცნობიეროთ ის ზღვარი რომლის დაცვაც გვჭირდება, როგორც მშობლებს.
- უნდა ვიცოდეთ რა იცის/რა შეუძლია ბავშვს დამოუკიდებლად გააკეთოს - ასაკისადა ათვისებული უნარების მიხედვით.
- ვიყოთ ბავშვის დამხმარე და მიმართულების მიმცემი, როცა არ შეუძლია რაღაცის გაეთება.
- თავი ავარიდოთ ბავშვის ნაცვლად მოქმედებას, მაშინ როცა მას ეს შეუძლია დამოუკიდებლად ან ჩვენი მცირე ჩართულობითა და დახმარებით.

3. ბავშვის ემოციების უგულვებელყოფა

ხშირად მშობლებს ეშინიათ ბავშვისთვის, ერთი მხრივ “ზედმეტი თავისუფლების მიცემის”, მეორე მხრივ კი სითბოს გამოხატვის - რაკი თვლიან რომ ამით ბავშვი ზარალდება.

მზრუნველობა და სითბო - სადაც ბავშვი აღიარებულია, მიღებულია და გრძნობს მშობლის სიყვარულსა და მხარდაჭერას - არასდროსაა ზედმეტი და საზიანო ბავშვისთვის. ერთ-ერთი

რასაც ბავშვი უნდა იღებდეს ყოველგვარი პირობითობის გარეშე, არის სიტბო, სიყვარული. მაშინაც, როცა იგი ვერ აღწევს “წარმატებას”, ვერ იღებს იმ შედეგს რაც ოჯახს შესაძლოა სურდეს, იქცევა არასასურველად, უჭირს ემოციების კონტროლი - იგი უნდა გრძნობდეს რომ მიღებულია და უყვართ.

ბავშვის ემოციების უგულვებელყოფა ერთი შეხედვით გარეშე თვალთ არ ჩანს. ამ დროს ბავშვის ყველა ფიზიკური მოტხოვნილება და საჭიროება დაკმაყოფილებულია. კერძოდ, მას აქვს სეზონის შესაბამისი ტანისამოსი, საკვები, სათამაშოები, მშობლები ზრუნავენ მის აკადემიურ თუ ფიზიკურ განვითარებაზე, თუმცა, ამ ყოველივეში არ არიან ჩართულები ემოციურად. რაც იმაში გამოიხატება, რომ არ ინტერესდებიან მისი განცდებით, ფიქრებით, მოლოდინებით. ბავშვი სურვილის მიუხედავად ვერ ახერხებს მათთან ემოციების გამოხატვას. ეს ხდება მაშინ როცა მშობლები ცდილობენ ბავშვი თავიდანვე იყოს დამოუკიდებელი, ან უბრალოდ უგულვებელყოფილია მისი ემოციური მდგომარეობა. არაა პრიორიტეტული ბავშვის განცდები, ან სურვილები. ბავშვისთვის დამოუკიდებლობის მიცემა ძალიან მნიშვნელოვანია, თუმცა უნდა დავიცვათ ზღვარი დამოუკიდებლობასა და უგულვებელყოფას, მის მიმართ ინდიფერენტულ დამოკიდებულებას შორის.

სირთულეები, რომელიც შეიძლება ხანგრძლივ პერსპექტივაში გამოვლინდეს მრავალრიცხოვანი და დრამატულია. კერძოდ, ბავშვი ვერ გრძნობს თავს უსაფრთხოდ ვერც ახლობლების, ვერც უცხო ადამიანების გარემოცვაში. უჭირს ურთიერთობების ჩამოყალიბება, თვლის რომ არასაკმარისია, არ არის მნიშვნელოვანი. შესაძლოა არ გამოხატავდეს საკუთარ განცდებს, რაკი ჰქონდეს განცდა, რომ არ იქნება მოსმენილი, ან მიღებული. უჭირდეს დახმარების თხოვნა, მაშინაც როცა ეს ძალიან სჭირდება. უჭირდეს საკუთარი ემოციების გამოხატვა და მართვა.

როგორ ავირიდოთ თავიდან ემოციური უგულვებელყოფა?

- უნდა გვახსოვდეს, რომ განსაკუთრებით ადრეული ბავშვობის ასაკში, ყველაზე მნიშვნელოვანი ბავშვისთვის მშობელთან ემოციური მიჯაჭვულობაა. ემოციური მიჯაჭვულობა ეხმარება ბავშვს ემოციების რეგულაციაში. პირველ ეტაპზე მშობელი ამშვიდებს ბავშვს, სთავაზობს მას უსაფრთხოების განცდას, რის შემდეგაც სწავლობს ბავშვი თვითდამშვიდებას.
- ბავშვის ემოციური მდგომარეობა ყოველთვის უნდა იყოს პრიორიტეტული

- მაშინაც როცა, შესაძლოა ბავშვთან ცოტა დროს ვატარებდეთ, აუცილებელია მისი მოსმენა, მისთვის საშუალების მიცემა გამოხატოს საკუთარი აზრები, განცდები, გაუზიაროს მშობელს საკუთარი წარმატებები.
- ბავშვს უნდა ჰქონდეს განცდა, რომ ყოველთვის როცა სჭირდება მშობელი იქნება მისთვის ეცმოიურად ხელმისაწვდომი. რაც მასთან კომუნიკაციის პროცესით ხდება. როცა მშობელი ყოველთვის მზადაა მოუსმინოს, გაიზიაროს მისი გამოცდილებები.

პოზიტიური მშობლობა და პოზიტიური ინტერაქციის სტრატეგიები

პოზიტიური მშობლობა დგას ისეთ ღირებულებებზე, როგორცაა - ყველა ბავშვს აქვს უშრეტი პოტენციალი, მას უბრალოდ სჭირდება სწორი გაძღოლა და მხარდაჭერა.

პოზიტიური მშობლობა გულისხმობს ბავშვის აღზრდას დისციპლინითა და მორალური ღირებულებების გაზიარებით. სადაც ბავშვის სურვილები და ემოციები გაზიარებული და მიღებულია, ქცევა კი რეგულირდება წესებითა და ჩარჩოს შემუშავებით.

პოზიტიური აღზრდის სტილი ერთი შეხედვით ძალიან მარტივ პრინციპს ეფუძნება, რომ ოჯახური გარემო უნდა იყოს უსაფრთხო, თბილი, მზრუნველი და მხარდამჭერი. მშობელსა და შვილს შორის ურთიერთობა უნდა ემყარებოდეს ნდობასა და ურთიერთპატივისცემას. აქ მთავარ როლს მშობელსა და შვილს შორის კომუნიკაცია თამაშობს. არ უნდა დაგვავიწყდეს რომ კომუნიკაცია ორმხრივი პროცესია. მშობელი უბრალოდ კი არ ეუბნება ბავშვს რას ელის მისგან, ან როგორ უნდა რომ იგი იქცეოდეს, არამედ განიხილავს ამას თავად ბავშვთან ერთად. საკუთარ მოლოდინებს არგებს ბავშვს და არა პირიქით.

პოზიტიური აღზრდის ძირითადი მიზანი არის ბავშვის დამოუკიდებელ პიროვნებად ჩამოყალიბება, რომელიც პატივს სცემს საკუთარ თავს, აცნობიერებს საკუთარ ძლიერ და სუსტ მხარეებს და იცის, რომ შეუძლია გაუმკლავდეს სირთულეებს, რომლებიც მრავლად შეხვდება ცხოვრებაში.

როგორია პოზიტიური მშობელი?

პოზიტიური მშობელი არის გიდი, მასწავლებელი რომელიც ეხმარება შვილს თვითკონტროლში, საკუთარი თავის ამოცნობაში და არსებულ პრობლემებთან გამკლავებაში.

პოზიტიური მშობელი პირველ რიგში მართავს საკუთარ ემოციებს და ინარჩუნებს სიმშვიდეს, ყველაზე რთულ სიტუაციებშიც კი. იგი ძალადობისა და დასჯის ნაცვლად იყენებს თანამშრომლობასა და თანაგრძნობას ბავშვის აღზრდის პროცესში.

ხშირად მშობლებს ეშინიათ მისცენ შვილს მეტი უფლებები, არჩევანის თავისუფლება, მეტი დამოუკიდებლობა, რადგან ჰგონიათ, რომ ასე დაკარგავენ მათზე კონტროლს და გაუჭირდებათ მათი ქცევის მართვა.

პოზიტიური მშობელი ამისგან განსხვავებით საშუალებას აძლევს შვილს თქვას „არა“, ღიად გამოხატოს თავისი შეხედულებები, ემოციები თუ სურვილები. რითიც ქმნის გარემოს, რომელშიც ბავშვი/მოზარდი თავს უსაფრთხოდ გრძნობს. მან იცის რომ აქვს უფლებები და არჩევანის თავისუფლება.

პოზიტიური მშობლობა, რა თქმა უნდა, არ ნიშნავს რომ ბავშვს ყველაფრის უფლება აქვს, ისე იქცევა, როგორც ტავად სურს. თუმცა, სრული აკრძალვა და მოთხოვნების კორექტირება ერთმანეთისგან მნიშვნელოვნად განსხვავდება. პოზიტიურ მშობელს საკუთარ შეხედულებებთან თანხვედრაში მოჰყავს შვილის სურვილები, რაც გარდა იმისა, რომ ბავშვს/მოზარდს სამართლიანობის განცდას უჩენს, თანამშრომლობასაც ასწავლის მას.

როგორ იქცევა პოზიტიური მშობელი?

1. პოზიტიური მშობლობა იწყება შვილთან დადებითი ურთიერთობების ჩამოყალიბებით. მოუსმინეთ რას ამბობს იგი, ეცადეთ გაიგოთ მისი განცდები. პოზიტიური მშობელი პატივს სცემს მის შეხედულებებსა და სურვილებს.
2. ოჯახური გარემო უნდა ეფუძნებოდეს თბილ, უშუალო დამოკიდებულებას, სადაც უპირობოდ გიყვართ თქვენი შვილი და იღებთ მას ისეთს როგორც არის. თუნდაც არ ეთანხმებოდეთ მას, მთელ რიგ საკითხებში.
3. პოზიტიური მშობელი ყურადღებას ამახვილებს თქვენი შვილის კარგ ქცევებზე და არა ცუდზე. აღნიშნეთ მხოლოდ ის რაც მას კარგად გამოსდის. აქცენტი მის მიღწევებსა და წარმატებაზე გადააქვს წარუმატებლობის ნაცვლად. ბავშვის თავდაჯერებულობა გაიზრდება თუ წახალისებთ არა მხოლოდ მის წარმატებებს, არამედ, მის მცდელობებს რომ მიაღწიოს შედეგს.
4. პოზიტიური მშობელი ბალანსს იცავს შვილის გაკონტროლებისას. საშუალება მიეცით მას თვითონ მიიღოს გადაწყვეტილებები, რათა გახდეს ძლიერი და დამოუკიდებელი პიროვნება.
5. ნათლად და კონკრეტულად აუხსენით შვილს ოჯახის წესები, რას ელოდებით მისგან. აუხსენით რატომ არის აუცილებელი ამ წესების დაცვა რათა ბრმად არ შეასრულოს ისინი და არ გაუჩნდეს პროტესტის გრძნობა.

6. არ შეგეშინდეთ აკრძალვების თუ ეს აუცილებელია, მაგრამ გამოიჩინეთ თანაგრძნობა - წესების არსებობა აუცილებელია, რაც ხშირად უსიამოვნოა ბავშვებისთვის, მაგრამ როცა ისინი ხედავენ თანაგრძნობას, ნაკლებად მტკივნეულად აღიქვამენ შეზღუდვებს.
7. ძალიან მნიშვნელოვანია რა ფორმით ეუბნებით ბავშვს რა გსურთ მისგან. - ბავშვები გააკეთებენ ყველაფერს რასაც მათ ვთხოვთ თუ მოვახერხებთ სწორი ფორმის გამონახვას.
8. გახსოვდეთ, როგორც თქვენ ექცევით ბავშვს, განსაკუთრებით ადრეულ ასაკში, ისე მოექცევა ის საკუთარ თავს. თუ ძალიან მომთხოვნი იქნებით მის მიმართ, ისიც ბევრს მოსთხოვს თავს, თუ მუდამ უკმაყოფილო იქნებით, ისიც მუდამ უკმაყოფილო იქნება თავისი მიღწევებით. თქვენგან სწავლობს როგორ უყვარდეს, როგორ სცეს პატივი საკუთარ თავს.
9. დაეხმარეთ ბავშვს თვითონ გაიაზროს რა არის კარგი და ცუდი. დაეხმარეთ მას თვითონ შეაფასოს საკუთარი ქმედებები. გამოიყენეთ ამ ტიპის ფრაზები: „დღეს შენ სწორად მოიქეცი და უნდა იამაყო შენი თავით“- ნაცვლად ფრაზისა - „ მე ვამაყო შენით“. ერთი შეხედვით ამ ორ ფრაზას შორის სხვაობა არაა. რეალურად პირველ შემთხვევაში თქვენ ასწავლით შვილს როგორ ანუგეშოს, როგორ გაამდიეროს საკუთარი თავი, როცა ირგვლივ არააინ ჰყავს.

დაბოლოს, კარგად უნდა გავაცნობიეროთ რომ თითოეული ოჯახი უნიკალურია, ყველა ბავშვი უნიკალურია საკუთარი ტემპერამენტითა და პიროვნული ნიშნებით. არ არსებობს უნივერსალური აღზრდის სტილი ან მიდგომა, რომელიც ყველა ბავშვისა და ოჯახისთვის ერთნაირად წარმატებული და ეფექტურია. უნდა შევეცადოთ, გამოვიყენოთ ბავშვის მიმართ ის მიდგომები, რომელიც უშუალოდ მას ერგება. უნდა გავითვალისწინოთ ჩვენი შესაძლებლობებიც და ისიც, რა იქნება ჩვენთვის ყველაზე მისაღები გზა შვილთან ურთიერთობის პროცესში. თუმცა, უნივერსალური რეკომენდაცია , ისაა, რომ მშობელი არის წინამძღოლი, ის ქმნის გარემოს, რომელშიც ბავშვი ან უსაფრთხოდ გრძნობს თავს, მიღებული და სასურველია, ან გრძნობს საფრთხეს, ვერ გრძნობს სითბოსა და სიყვარულს. მსგავსი მიდგომებისგან თავის დაცვის ერთადერთი საშუალება შვილთან ჯანსაღი კომუნიკაციაა, სადაც ჩვენ მხოლოდ კი არ ვსაუბრობთ - ვისმენთ კიდევ და ვცდილობთ ჩვენი შეხედულებები და მოთხოვნები, მოვარგოთ ბავშვს და არა პირიქით.