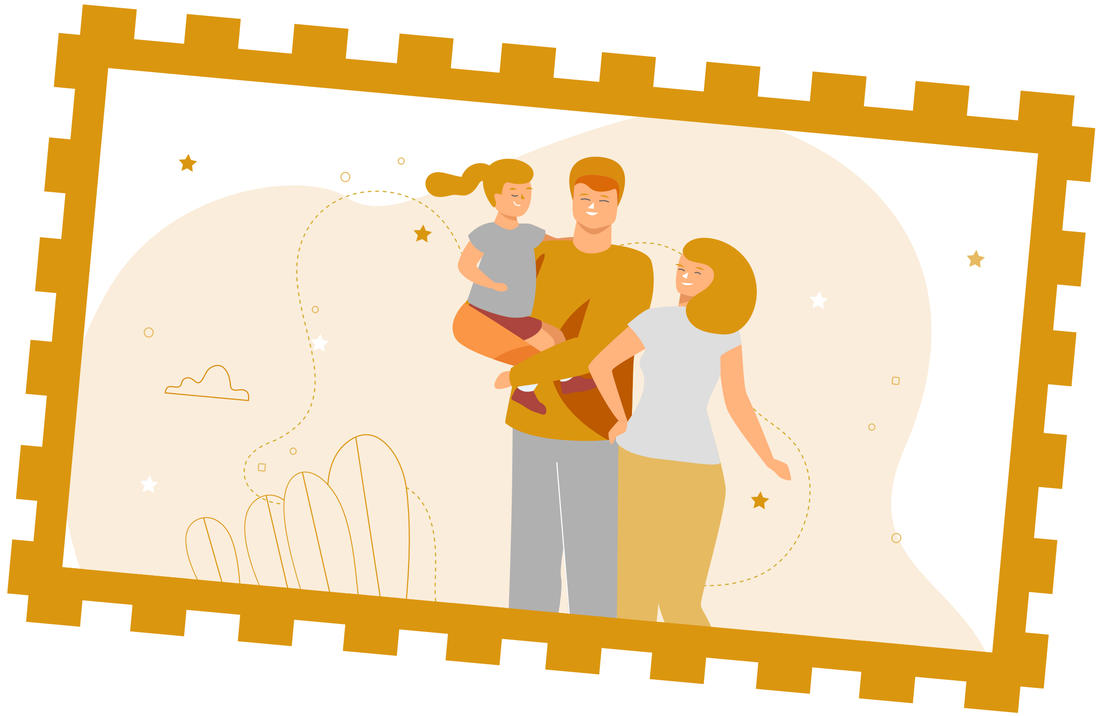
SMP komunikacja i mediacje

Porozumienie bez przemocy minikurs – Granice

dla rodziców



MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Spis treści

1. Wprowadzenie
2. Granice dziecka
3. Pomiędzy granicami
4. Uniwersalne potrzeby ludzkie
5. Granice czyli strategie

MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0



Granice są związane z obszarami ludzkiej natury, których uczymy się chronić w kontakcie z innymi ludźmi już od najmłodszych lat. To w jaki sposób traktujemy prawo dziecka do ochrony tych obszarów mają wpływ na to jak w relacjach z innymi ludźmi będzie je traktował i jak będzie traktować granice innych ludzi.

Dzieci uczą się jak dbać o swoje granice i uwzględniać granice innych najbardziej poprzez to jak rodzice respektują ich granice i mówią o swoich.

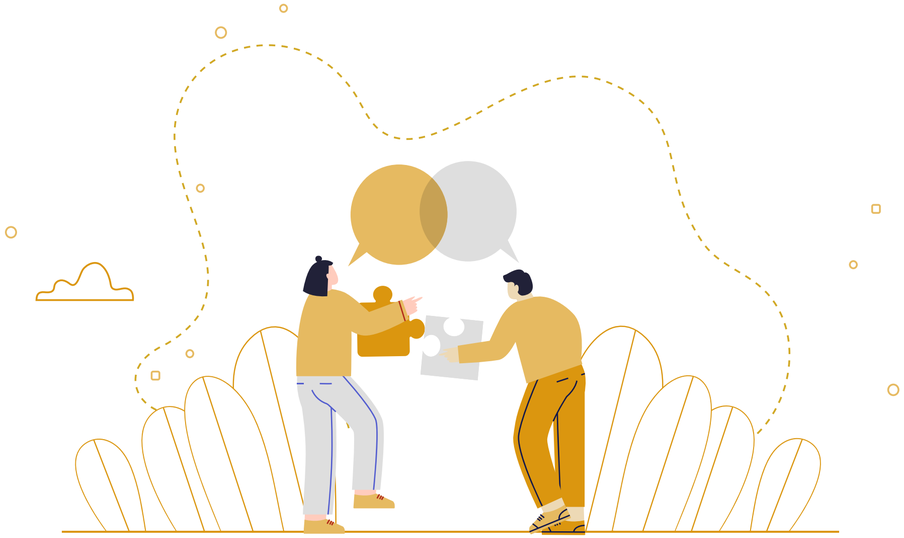
MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

Budowanie relacji z dzieckiem opartej na wzajemnym respektowaniu własnych granic wymaga od dorosłego świadomości i uważności zarówno na własne potrzeby jak i na potrzeby dziecka.

Kiedy jesteśmy świadomi własnych potrzeb, lepiej rozumiemy własne reakcje, pojawiające się uczucia, bierzemy za nie odpowiedzialność i z szacunkiem informujemy o tym innych.

Dzieci uczą się od nas przez modelowanie i bardziej prawdopodobnym staje się, że chętniej będą uwzględniały nasze potrzeby.



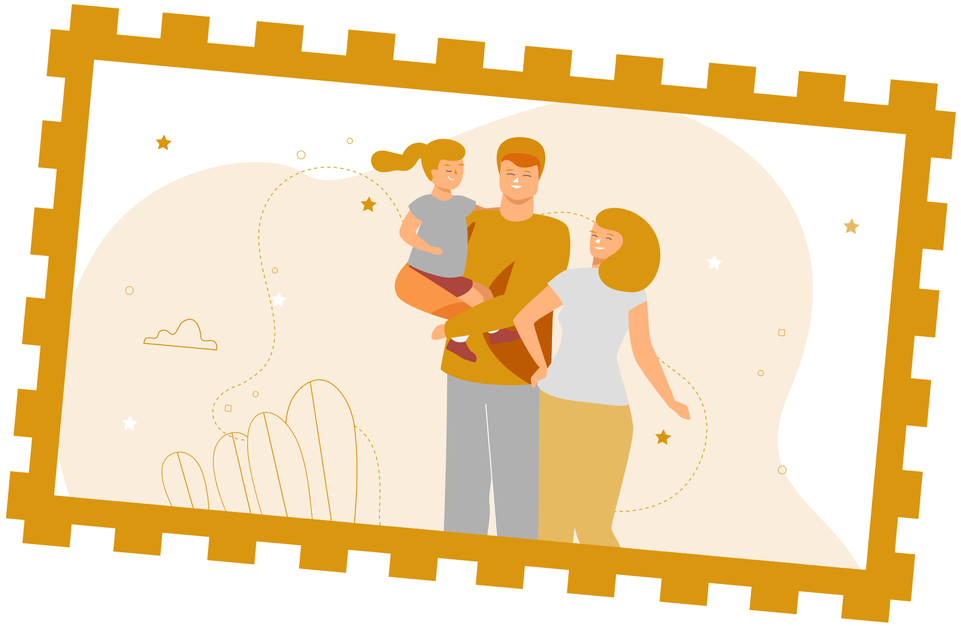
MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Życiowe zadanie dziecka – odkryć kim jest, poznać swoje umiejętności, upodobania, przekonania, wartości, cechy charakteru, oswoić się z tym, a potem dążyć do życia z tym w zgodzie.

Zadanie rodzica – odkryć kim jest dziecko, oswoić się z tym i pomóc mu żyć z tym w zgodzie. Inspirować swoimi wartościami, doświadczeniem życiowym. Wspierać z radzeniem sobie z oczekiwaniami płynącymi z zewnątrz i funkcjonowaniem w społeczeństwie.



MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Granice dziecku są potrzebne po to żeby mogło się bronić. Na tym etapie broni się odmawiając, krzycząc, wołając na ratunek dorosłego opiekuna.

Przykładem przekraczania granic dziecka może być sytuacja, w której ktoś obcy głaszcze je po głowie, bierze za/na ręce, namawia do dzielenia się zabawkami, lub nakłania je do zjedzenia czegoś czego ono nie lubi lub nie chce.

Dziecko, które ma zaufanie że jego granice są ważne zaalarmuje, gdy ktoś będzie chciał mu zrobić krzywdę.

Jako rodzice zadbajmy, aby inni dorośli również szanowali granice naszego dziecka!



MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ NPZ FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

Jak wspierać dzieci w lepszym rozpoznawaniu własnych granic?

- okazuj miłość i szacunek swojemu dziecku
- reaguj z troską na sygnały, jakie wysyła, pomóż mu lepiej je rozumieć
- bądź blisko, przytul
- wspieraj je gdy popełni błąd
- pozwól mu doświadczać swoich możliwości i ograniczeń

A ty jak rozpoznajesz swoje granice?



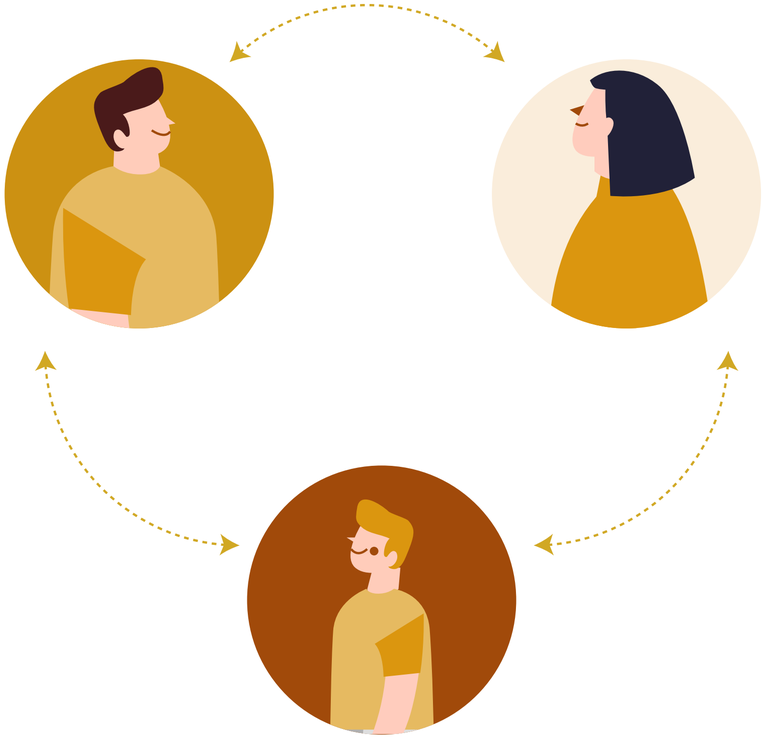
MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

Równorzędność granic = równorzędność potrzeb

Dzieci i dorośli są równowartościowymi osobami. Dziecięce myśli, uczucia, potrzeby, pragnienia, marzenia są równie ważne i cenne jak dorosłych.

Oznacza to, że bierzemy je na poważnie tak jak nasze własne. W rodzinnym życiu stwarzamy przestrzeń na decyzje i rozwiązania biorące pod uwagę potrzeby wszystkich domowników.



MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Jeśli od samego początku respektujemy granice dziecka, nabiera ono wówczas umiejętności:

- dbania o siebie w zdrowy, naturalny sposób
- rozpoznawania swojej odrębności
- współpracy i świadomej rezygnacji z niektórych swoich pragnień na rzecz równowagi i potrzeb innych
- alarmowania za każdym razem kiedy jego granice są naruszane



MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Pomiędzy granicami

Pokazywanie swoich granic jako dorosłego, zaczyna się od uczenia dzieci lepszego rozumienia innych.

To w jaki sposób dziecko widzi granice innych jest jeszcze bardzo niedojrzałe i nie do końca potrafi wyczuć i zrozumieć granice drugiego człowieka. Do nas dorosłych należy jasne i nieagresywne ich pokazanie. Komunikujemy dziecku własne potrzeby i upodobania wyrażając je w pozytywnym, nieinwazyjnym komunikacie:
zamiast “Nie wolno”, powiedz “wolałabym”, “proszę”, “czy możesz?”

Dzięki temu dziecko, nawet jeśli jeszcze nie potrafi uwzględniać potrzeb innych może dużo nauczyć się tego jacy oni są, co lubią, co im sprawia przyjemność a co ich boli lub irytuje. Stawianie dziecku granic poprzez komunikowanie własnych potrzeb i okazywanie reakcji będzie bardziej pomocne niż konstruowanie abstrakcyjnych zasad i reguł.

MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ NPZ POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Uniwersalne potrzeby ludzkie

Każde postępowanie ma na celu zaspokojenie potrzeb.
Potrzeby są ogólne, niezależne od czasu, miejsca i osoby.
Wszyscy ludzie mają te same podstawowe potrzeby, np. pożywienia, miłości i wspólnoty.

POTRZEBY FIZYCZNE - pożywienie, powietrze, ruch
POTRZEBY AUTONOMII - niezależności, wyboru, decydowania
POTRZEBY WZAJEMNOŚCI - bliskość, miłość, kontakt, wspólnota, szacunek, uwzględnianie
POTRZEBY ROZRYWKI, HUMORU, LEKKOŚCI
POTRZEBY DUCHOWE - harmonia, spokój, inspiracja, piękno

MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ NPZ FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

Granice czyli strategie

Granice mogą być płynne, czyli to na co pozwolimy jednej osobie, nie pozwolimy drugiej osobie lub jednego dnia zachowanie dziecka nie będzie nas specjalnie angażowało, a innego, np. gdy jesteśmy zmęczeni, już nas rozdrażni.

Granice można również rozumieć jako strategie, które mają na celu zaspokojenie ważnych potrzeb.

Uznając, że granice są strategią na zaspokojenie potrzeb, dajemy szansę zarówno sobie jak i naszym dzieciom na negocjacje w ramach tych strategii.

MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Konflikt

Kiedy granice różnych ludzi zderzają się dochodzi do konfliktu. Bo konflikt jest informacją zwrotną, że strategia jaką obieramy nie “działa” dla drugiej osoby.

Zamiast forsować swoje stanowisko, usiądź i spokojnie zastanów się wspólnie z dzieckiem co najlepiej zaspokoi jego i twoje potrzeby.

Przyczyną kłopotów w relacji z dzieckiem rzadko jest to, że to dziecko nie czuje granic. Czuje je odpowiednio do swojego wieku i na tyle na ile pozwala mu etap rozwoju, na którym jest obecnie.

Często zachowanie dziecka wynika z tego, że jego opiekunowie nie wiedzą czego chcą albo projektują na dziecko swoje oczekiwania i myśli o nim.

MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ NPZ FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

Jeśli dorosły nie potrafi określić sam swoich granic, będzie mu trudno pokazać te granice dziecku i gdy pojawi się u niego irytacja może mieć trudność z wyjaśnieniem tego dziecku.

Zbyt szeroko zakrojone granice prowadzą do frustracji związanej z tym, na co nie mamy wpływu – pogodę, chorobę dziecka, odmowa zjedzenia przygotowanego posiłku lub wydłużająca się pora pójścia spać.

Dziecko potrzebuje dorosłego, który dostrzeże jego potrzebę autonomii a nie będzie forsować swoich przekonań za wszelką cenę.



MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU
FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

Dziękujemy za uwagę

MINISTERSTWO EDUKACJI NARODOWEJ
NPZ NARODOWY PROGRAM ZDROWIA
POLSKIE STOWARZYSZENIE FUNDRAISINGU

Projekt współfinansowany ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 przekazanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie materiały dostępne na stronie udostępnione są na licencji Creative Commons - Uznanie Autorstwa - Na tych samych zasadach 4.0

FUNDACJA INSTYTUT EDUKACJI POZYTYWNEJ