

List do Kota NOWEFIO Marzenin

RODZICIELSKIE POGOTOWIE COACHINGOWE

MOJE DZIECKO MA 10 LAT

Opracowanie: Ewa Ruszkowska



WPROWADZENIE

Rozumiejąc prawidłowości rozwoju dziecka, możemy odważniej i spokojniej być rodzicem.

W przygotowanym materiale zaprezentuję, po kolei, opisy zachowań dzieci między 6 a 14 rokiem życia. Pokażą nam one, jakich zachowań możemy się spodziewać po dziecku w tym wieku. Jak dziecko się zmienia, jak miłowymi susami lub krętą i trudną drogą przechodzi od jednego do drugiego zachowania, często bardzo odmiennego od tego poprzednio zauważonego.

Pytania coachingowe zamieszczone na końcu ulotki, zapraszają do refleksji, zaplanowania samopomocy i zachęcą do zmiany tego, czego już nie chcemy robić, co nie zbliża nas do naszego dziecka i nie buduje naszego rodzicielskiego autorytetu.

10 rok życia - Chodzący Aniołek

Lekkie zbuntowanie zastąpione zostaje zastąpione pogodą ducha i spokojem.

Dziesięcioletnie dziecko:

- jest zadowolone z siebie i ze świata, przyjacielskie, posłuszne i zrównoważone,
- centralne miejsce w swoim świecie ponownie oddaje rodzicom, słuchając ich bez zastrzeżeń, ale nie wymagając przy tym ich ciągłej obecności,
- jest dumne ze swoich rodziców, ich osiągnięć i umiejętności,
- przeżywa skok w rozwoju intelektu, kreatywności i umiejętnościach społecznych,
- poprzez czynniki środowiskowe oraz biologiczne uczy się samoregulacji, potrzebnej mu w późniejszym wieku. Prawidłowo rozwinięte dziecko będzie potrafiło motywować się wewnątrznie, panować nad emocjami, będzie również wiedziało czego chce i jak ma ten cel osiągnąć,
- na większą skalę zostaje same w domu bez opieki na dłuższy okres czasu,
- może też robić samodzielnie drobne sprawunki oraz wykonywać część obowiązków domowych,
- staje się bardzo samodzielne - nie tylko w dotarciu do szkoły, czy odrabianiu lekcji, ale i ocenie swojego zachowania, czy określeniu, co jest dopuszczalne społecznie, a co nie,
- a szczególnie dziewczynki, rozpocząć mogą w tym wieku okres dojrzewania płciowego.

Relacje rówieśnicze dziesięciolatka

Wiek 10 lat to wiek tworzenia i rozbudowywania grup rówieśniczych. W czasie tym można zaobserwować segregację płciową. Zazwyczaj jest ona widoczna już we wcześniejszym wieku, ale teraz staje się jednym z podstawowych kryteriów doboru towarzystwa do zabawy. Chłopcy w tym wieku zazwyczaj bawią się w większych grupach, dziewczynki natomiast tworzą pary lub 3-osobowe grupki. U chłopców w tym wieku często można obserwować rywalizację oraz współzawodnictwo, podczas gdy dziewczynki częściej nastawione są na

współpracę i zachowują się bardziej empatycznie. W tym czasie, zamiast agresji fizycznej, pojawia się agresja słowna, mająca na celu obniżenie poczucia wartości drugiego dziecka, wykluczenie go z grupy lub klasy.

Kłopotliwe sytuacje tego okresu życia

W tym czasie może:

- być już gotowy, **i warto to sprawdzić**, do treningów i udziału w zajęciach sportowych na pełnowymiarowych boiskach, współzawodnicząc i wygrywając. Brak gotowości do takich zajęć może spowodować całkowite odejście od sportu.
- Pragnąc zdobyć uznanie w klasie i jednocześnie bezgranicznie ufając rodzicom, zwierzać im się ze swoich towarzyskich kłopotów i chętnie przyjmować rodzicielskie rady na ich rozwiązanie. Ważne, by rodzice potraktowali te zwierzenia po przyjacielsku i z powagą, a nie jak mało istotne, dziecinne bzdury.

Pytania coachingowe:

1. Jaka jest Twoja opinia na temat obowiązków domowych dziecka? Jakie obowiązki ma Twoje dziecko w domu?
2. Co takiego robisz, kiedy syn lub córka zwierzają Ci się ze swoich towarzyskich kłopotów? Co dziecko może czuć po zakończonej rozmowie?

Źródła wykorzystane:

Bee H.: Psychologia rozwoju człowieka, Poznań 2014

Juul J.: Rodzic jako przywódca stada. Pełne miłości przywództwo w rodzinie, Podkowa Leśna 2017

Samson A.: Książeczka dla przestraszonych rodziców. czyli co robić, gdy Twoje dziecko zachowuje się dziwnie, niepokojąco, nietypowo, Warszawa 2004

<https://bohemianyoungster.pl/rozwój-10-latka> (stan na 23.10.2021)

Zdjęcie: Pixabay, <https://pixabay.com/pl/images/search/rodzice/>

Zapraszam do kontaktu! Ewa Ruszkowska, Coaching Relacji, tel.: 608594902