



Jolanta Gajda

ABC Mądrego Rodzica

DROGA DO SUKCESU

ZŁOTE
MYŚLI

**Jak sprawić, aby Twoje
dziecko odniosło
w życiu sukces?**

Niniejszy ebook jest **własnością prywatną**.

Niniejsza publikacja, ani żadna jej część, nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej publicznego udostępniania w Internecie, oraz odsprzedaży zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.

© Copyright for Polish edition by ZloteMysli.pl

Data: 10.05.2007

Tytuł: ABC Mądrego Rodzica. Droga do Sukcesu

Autor: Jolanta Gajda

Wydanie II

ISBN: 978-83-7521-279-2

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Sylwia Fortuna

Skład: Anna Popis-Witkowska

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli

Netina Sp. z o.o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: www.ZloteMysli.pl

EMAIL: kontakt@zlotemysli.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

SPIS TREŚCI

<u>1. CO TO ZNACZY ODNIEŚĆ W ŻYCIU SUKCES?</u>	5
<u>2. TWOJE DZIECKO JEST MĄDRE I INTELIGENTNE – WYKORZYSTAJ TĘ SZANSE</u>	10
<u>3. POWTARZAJ, ŻE JE KOCHASZ – ZAWSZE I BEZ WZGLĘDU NA OKOLICZNOŚCI</u>	15
<u>4. PRZYTULAJ I OBDARZAJ PIESZCZOTAMI TAK CZĘSTO, JAK TO MOŻLIWE</u>	20
<u>5. ZAPEWNIJ MU SPOKÓJ I POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA</u>	23
<u>6. CHWAŁ OTWARCIE ZAWSZE, GDY TYLKO NA TO ZASŁUGUJE</u>	26
<u>7. WYMIERZAJ KARY KONSEKWENTNIE, ALE ROZWAŻNIE</u>	31
<u>8. ZANIM SKRYTYKUJESZ, ZASTANÓW SIĘ TRZY RAZY</u>	37
<u>9. NIE WPADNIJ W PUŁAPKĘ NAWYKOWEGO MÓWIENIA „NIE”</u>	42
<u>10. NIE PODCINAJ MU SKRZYDEŁ</u>	45
<u>11. ZAPEWNIJ DUŻO RÓŻNORODNEGO RUCHU</u>	48
<u>12. DOSTARCZAJ WIELU BODŹCÓW DYDAKTYCZNYCH</u>	51
<u>13. UCZ TAK, BY NAUKA SPRAWIAŁA RADOŚĆ I PRZYJEMNOŚĆ</u>	62
<u>14. ZAWSZE ZOSTAWIAJ W NAUCE POCZUCIE NIEDOSYTU</u>	66
<u>15. ROZMAWIAJ O RADOŚCIACH I PROBLEMACH</u>	69
<u>16. OGLĄDAJCIE WSPÓLNIE WYBRANY FILM RODZINNY</u>	75
<u>17. NIE POZOSTAWIAJ PYTAŃ DZIECKA BEZ ODPOWIEDZI</u>	79
<u>18. ZAWSZE BĄDŹ Z NIM SZCZERY</u>	87
<u>19. KONTROLUJ ILOŚĆ CZASU SPĘDZANEGO PRZY TELEWIZJI I KOMPUTERZE</u>	91
<u>20. NAUCZ JE RADZENIA SOBIE Z EMOCJAMI SWOIMI I INNYCH</u>	97
<u>21. POZWÓL DZIECKU NA SAMODZIELNE DOKONYWANIE WYBORÓW</u>	109
<u>22. POMÓŻ MU WYZNACZYĆ JEGO WŁASNE CELE</u>	115
<u>23. NAUCZ JE MĄDREGO PLANOWANIA</u>	123
<u>24. POKAŻ, JAK SOBIE RADZIĆ Z NIEPOWODZENIAMI I KRYTYKĄ</u>	132
<u>25. NAUCZ JE OBCHODZENIA SIĘ Z PIENIĘDZMI</u>	144
<u>26. DAJ SOBIE I DZIECKU PRAWO DO POPEŁNIANIA BŁĘDÓW</u>	152
<u>27. BĄDŹ PEWIEN, ŻE Z TWOJEGO DZIECKA WYROŚNIE WSPANIAŁY, MĄDRY CZŁOWIEK</u>	154
<u>BIBLIOGRAFIA</u>	158

BONUS: JAK ROZMAWIAĆ ZE SWOIM DZIECKIEM?

<u>WSTĘP</u>	160
<u>ROLA DOBREJ KOMUNIKACJI</u>	163
<u>KOMUNIKACJA TO DIALOG</u>	166
<u>KIEDY ROZMAWIAĆ</u>	168
<u>BUDOWANIE PRZYJAZNEGO KLIMATU</u>	172
<u>ZNACZENIE KOMUNIKACJI NIEWERBALNEJ</u>	180
<u>OKAZAĆ CHEĆ ZROZUMIENIA</u>	189
<u>SPOSÓB WYRAŻANIA SIĘ</u>	192
<u>SŁUCHANIE AKTYWNE</u>	197
<u>Słuchaj uważnie i cierpliwie</u>	198
<u>Sprawdzaj zrozumienie komunikatu</u>	201
<u>Zadawanie pytań</u>	203
<u>SKUTECZNE ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW</u>	205
<u>ZAKOŃCZENIE</u>	213

1. Co to znaczy odnieść w życiu sukces?

Dzieci to nasz prawdziwy skarb. Najważniejsza inwestycja życiowa. Największe źródło radości i dumy. Jeśli jesteś rodzicem, na pewno dobrze wiesz, o czym mówię. Gorąco pragniesz, by udało Ci się przekazać swoim dzieciom całą swoją mądrość życiową, nabytą przez lata różnorodnych doświadczeń i przemyśleń. Ciągłe szukasz odpowiedzi na pytanie, co jeszcze zrobić, aby zwiększyć szanse swojego dziecka na szeroko pojęte SZCZĘŚCIE. Patrzysz na ludzi sukcesu i oczyma wyobraźni widzisz swoje dziecko jako dorosłego człowieka – dojrzałego, niezależnego, realizującego z powodzeniem obrane przez siebie przedsięwzięcia. Chciałbyś, by i Twoje dziecko ODNIOSŁO SUKCES.

Skoro nabyłeś tego ebooka, na pewno już jesteś lub zostaniesz rodzicem. Pragniesz znaleźć tu swoistą receptę na wychowanie swojej pociechy. I zapewniam Cię, że się nie zawiedziesz. Bo choć każde dziecko jest inne i wymaga indywidualnego podejścia, to pewne wytyczne w postępowaniu z dziećmi są wspólne dla wszystkich. Metody, które opisuję w kolejnych rozdziałach, prowadzą do uzyskania jasno określonego celu, jakim jest zapewnienie dziecku jak najlepszego startu w dorosłe życie, by było w przyszłości – nie zawaham się tu użyć tych słów – człowiekiem spełnionym i szczęśliwym. Uzbrojony w wiedzę, którą Ci przekażę,

1. Co to znaczy odnieść w życiu sukces?

będziesz mógł z powodzeniem zastosować ją w praktyce we własnej rodzinie, mądrze adaptując metody do osobowości swoich milusińskich. Ty przecież znasz je najlepiej.

Byś miał pewność, że Twoje i moje cele względem dzieci są zbieżne, że mamy podobne pragnienia i zamierzenia, sprawdźmy najpierw, czy nasze wyobrażenia na temat człowieka sukcesu są takie same lub przynajmniej zbliżone.

Zanim więc przystąpisz do zapoznania się z moją definicją człowieka sukcesu, zachęcam Cię, byś na chwilę przerwał czytanie, wziął do ręki długopis i kartkę oraz wypisał wszystkie te cechy, którymi charakteryzuje się Twoim zdaniem człowiek sukcesu. Jaki jest? Co odczuwa? Jak wygląda jego świat? Jak wygląda jego dzień? Jaki ma światopogląd? Co jest w jego posiadaniu? Wyobrażając sobie człowieka sukcesu, miej oczywście przed oczami swojego syna czy córkę, bo to dla nich pragniesz tej wspaniałej przyszłości. Gdy uporasz się z tym zadaniem, wróć do czytania. Chciałabym bowiem, abyś poznał tym razem moją wizję i cel, jaki stawiam sobie, wychowując swoje dzieci.

Kto to jest człowiek sukcesu?

Człowiek sukcesu to człowiek inteligentny, posiadający dużą wiedzę w dziedzinie, która go pasjonuje i jest dla niego motorem do działania. Umie wykorzystać swój potencjał intelektualny i potrafi

1. Co to znaczy odnieść w życiu sukces?

pokonać wszelkie ograniczenia, jakie stają mu na drodze. Przejawia giętkość umysłu, która pozwala mu na kreowanie świeżych pomysłów i znajdowanie nowatorskich rozwiązań.

Człowiek sukcesu to człowiek pełen pasji i entuzjazmu. Jest skoncentrowany na celu, który sam sobie obrał i robi z zapalem wszystko, by ten cel osiągnąć. Nie zraża się przy tym niepowodzeniami, traktuje je jako niezbędny element rozwoju i nauki. Jest wytrwały i nie spocznie, póki cel nie zostanie osiągnięty.

Człowiek sukcesu to człowiek o zdrowym poczuciu własnej wartości. Zna swoje zalety i potrafi je świetnie wykorzystać. Dostrzega też swoje słabsze strony i pracuje nad nimi, by nie przeszkadzały mu w osiągnięciu tego, co zamierza. Ponieważ zna swoją wartość, nie szuka usilnie akceptacji innych. Nie boi się też krytyki - traktuje ją nie jako atak, ale subiektywną ocenę, do której każdy ma prawo, a która może wnieść coś dobrego w jego własny rozwój. Może ją też bez emocji odrzucić, jeśli uzna to za uzasadnione.

Człowiek sukcesu to człowiek otwarty na wszelkie nowości. Nie lęka się podejmowania nowych wyzwań, gdyż wierzy, że jest w stanie im podołać. Umie postawić sobie poprzeczkę na tyle wysoko, że ciągle się uczy i rozwija, chętnie zdobywa wiedzę i nowe umiejętności. Jednocześnie nie stawia sobie celów wygórowanych i nierealnych, które prowadziłyby do frustracji i zniechęcenia.

1. Co to znaczy odnieść w życiu sukces?

Człowiek sukcesu jest kapitanem na okręcie swojego życia. Przejmuje za niego pełną odpowiedzialność i nie pozwoli sobie odebrać steru. Sam dokonuje wyborów i sam w pełni świadomie godzi się ponosić ich konsekwencje – bez względu na to, czy są one dobre czy złe. Nie obwinia innych za swoje niepowodzenia, nie szuka wymówek i usprawiedliwień. Sam podejmuje decyzje (wysłuchawszy wcześniej różnych opinii na dany temat) i jest gotowy zmierzyć się ze skutkami tychże.

Człowiek sukcesu to człowiek uczciwy i spójny wewnętrznie. To co mówi i robi nie stoi ze sobą w sprzeczności. Otwarcie przyznaje się do swoich błędów i stara się robić wszystko, by je naprawić. Błędy nie są dla niego porażką, ale mądrą lekcją, która pozwoli mu na lepsze poradzenie sobie w podobnej sytuacji w przyszłości. Ponieważ jest człowiekiem prawym, nie ma potrzeby ukrywania czegokolwiek i zatajania prawdy. Żyje w zgodzie z samym sobą.

Człowiek sukcesu to człowiek, który buduje przyjazne relacje z innymi ludźmi. Wzbudza zaufanie i sam otacza się ludźmi podobnymi do siebie. Jest życzliwy i empatyczny – potrafi zrozumieć drugiego człowieka, co pozwala zapobiec wielu niepotrzebnym konfliktom. Nie jest zawistny, nie zazdrości innym sukcesu. Wręcz przeciwnie – podziwia tych, którym udało się coś osiągnąć, wspiera innych w dążeniu do celu, bierze przykład z lepszych od siebie.

1. Co to znaczy odnieść w życiu sukces?

Człowiek sukcesu ma wielkie marzenia, które krok po kroku realizuje, ale też potrafi się cieszyć małymi, niepozornymi rzeczami. Ta umiejętność sprawia, że jest człowiekiem na ogół pogodnym i optymistycznym, czerpiącym radość z życia każdego dnia. A na pytanie, czy jest człowiekiem szczęśliwym, odpowie bez wahania – „Oczywiście, że TAK”.

Tym właśnie (z grubsza, bo jest to temat rzeka) jest człowiek sukcesu dla mnie. Czy tym samym jest dla Ciebie? Jeśli tak, jeśli te właśnie cechy chcesz rozwinąć u swojej pociechy, to ebook, który masz przed sobą, jest jak najbardziej dla Ciebie. I z całego serca Ci życzę, byś zawsze mógł być dumny z osiągnięć swoich dzieci – obecnie i w przyszłości.

A teraz, skoro stoi przed nami – rodzicami – takie odpowiedzialne i niełatwe zadanie, zastanówmy się, co możemy zrobić, by wychować nasze dziecko na człowieka sukcesu. Pokażę Ci krok po kroku, jak postępować i jakich błędów unikać, aby trud wychowawczy przyniósł zamierzone efekty. I zapewniam Cię, że wspaniale będzie obserwować, jak Twoje dziecko rozwija się, jak kształtuje się jego niepowtarzalna osobowość, jak zbiera kolejne nagrody, pochwały, wyróżnienia i jak rośnie z niego dobry, mądry człowiek.

2. Twoje dziecko JEST mądre i inteligentne – wykorzystaj tę szansę

Na początek mam dla Ciebie dobrą wiadomość. Każde dziecko, także i Twoje, jest z natury nadzwyczaj mądre i inteligentne. W ciągu pierwszych czterech lat od momentu narodzin nabywa nowych umiejętności w tak szybkim tempie, że gdyby człowiek zachował podobną zdolność uczenia się przez całe swoje życie, to w wieku kilkudziesięciu lat posiadałby niewyobrażalną wprost wiedzę i chyba nieograniczone możliwości...

Nie tylko kilkuletnie maluchy uczą się tak szybko. Również i starsze dziecko przejawia niezwykłą inteligencję i ma olbrzymi potencjał intelektualny. Przeprowadzono już wiele eksperymentów, opisanych szeroko w literaturze, które dowiodły, że wyniki, jakie osiąga dziecko w szkole, nie są rezultatem jego indywidualnych zdolności lub ich braku, ale stanowią wypadkową jego własnych przekonań o sobie samym, wiary nauczyciela w jego możliwości oraz stosowanych metod nauczania.

W jednym z takich eksperymentów wybrano grupkę nauczycieli, których poinformowano, iż są uważani za najlepszych fachowców w dziedzinie nauczania i dlatego zostali wyselekcjonowani do pewnego eksperymentu. Mieli dostać klasy – specjalnie utworzone dla celów naukowego badania - złożone z wybitnie zdolnych i pracowitych uczniów. Również wybranym dzieciom przekazano, że

uznano je za bardzo inteligentne i w związku z tym wyznaczono ich do udziału w eksperymencie. Celem doświadczenia miało być sprawdzenie, jakie wyniki można osiągnąć oddając najlepszych uczniów w ręce najlepszych nauczycieli. Rzeczywiście klasy te osiągnęły wyniki ponadprzeciętne, znacznie przewyższające wyniki pozostałych klas.

Może nie byłoby w tym nic dziwnego, gdyby nie to, że tak naprawdę Ci „wyselekcjonowani” nauczyciele byli osobami dobranymi losowo, na zasadzie czystego przypadku a „wyselekcjonowane” dzieci zupełnie przeciętnymi uczniami, nie wyróżniającymi się niczym szczególnym. To wewnętrzne przekonania, zarówno nauczycieli jak i uczniów, pozwoliły w pełni wykorzystać potencjał, jaki tkwi bez wątpienia w każdym dziecku.

Od Ciebie jednak zależy, jak wykorzystasz tę moc umysłu, którą obdarzyła nas natura i jaki start zapewnisz swoim latoroślom.

Nie jest moim celem przekonywać Cię, że powinieneś zrobić ze swojego dziecka geniusza, który w wieku wczesnoszkolnym jest gotowy rozwiązywać skomplikowane zadania matematyczne na poziomie szkoły średniej. Absolutnie nie! Chcę natomiast pokazać Ci, co można i należy zrobić, aby rozbudzić w dziecku ciekawość świata, rozwinąć jego indywidualne talenty i uzdolnienia, pozwolić mu na pełne wykorzystanie swojego potencjału i wreszcie - nauczyć go, jak **BYĆ SZCZĘŚLIWYM i OSIĄGNAĆ SUKCES.**

Ogarnia mnie czasem smutek, gdy obserwuję dorosłych ludzi wokół siebie. Wielu z nich zakompleksionych, nie wierzących w swoje siły i możliwości, porzucających swoje projekty, zanim je w ogóle zaczną. Inni, z pozoru pewni siebie, pyszałkowaci lub arogancy, kryją pod tą maską swoje prawdziwe oblicze – niskie poczucie własnej wartości, nieumiejętność współżycia z ludźmi lub przerażające poczucie samotności. Są też tacy, którzy nie mają żadnych pasji czy zainteresowań, spędzają 90% wolnego czasu na przełączaniu kanałów w telewizorze lub pociąganiu piwa z kufła i stopniowo zmieniają swoje życie w bezmyślną, bezcelową egzystencję.

Przejaskrawiam nieco być może, ale nie jest to takie dalekie od prawdy, jak by się mogło wydawać. Jestem przekonana, że postawa życiowa, jaką prezentuje człowiek, ma swoje korzenie w dzieciństwie. Gdy ci „nieszczęśnicy” byli dziećmi, został gdzieś popełniony błąd (pewnie niejeden...), który ciągnie się za nimi przez całą dorosłość i uniemożliwia im cieszyć się w pełni tym, co życie oferuje potencjalnie każdemu z nas.

Błędy popełnione w pierwszych latach życia dziecka mszczą się długo na nim i na otoczeniu. Bo pierwsze lata – to fundament osobowości. Gdy się go wadliwie zbuduje – cały dom będzie zagrożony, chociażby inne elementy miał właściwie wykonane.

Maria Łopatkowa

Dla wszystkich dzisiaj jest już oczywiste, że wychowywanie dziecka to coś znacznie więcej, niż tylko karmienie, kładzenie do snu, ubieranie, kąpanie i pilnowanie, by nic mu się nie stało. To także zadbanie o harmonijny rozwój psychiczny dziecka, to kształtowanie zdrowej, silnej osobowości, w pełni przygotowanej do długiej, fascynującej, choć momentami niebezpiecznej podróży, jaką jest życie.

To co chcę zaproponować w niniejszym opracowaniu, jest rezultatem nie tylko lektury wielu pozycji z zakresu psychologii dziecka, rodziny i człowieka w ogóle, ale również kilkuletnich obserwacji własnych dzieci, szukania różnych dróg i rozwiązań w ich wychowaniu, wykorzystywania swojej wiedzy „książkowej” w codziennym życiu. Dziś mogę z całą pewnością stwierdzić, że wypracowane tą drogą metody naprawdę się sprawdzają.

Nagrodą za konsekwentne wdrażanie ich w życie są niezwykle pochlebne opinie nauczycieli uczących moje dzieci, komentarze przyjaciół i bliskich, którzy szczerze podziwiają osiągnięcia i umiejętności mojego syna i córki oraz wreszcie same dzieci, których postawa, zachowanie, sposób myślenia i wypowiedzi napawają mnie niejednokrotnie prawdziwą dumą.

Z przyjemnością podzielę się z Tobą moimi doświadczeniami. Mam nadzieję, iż ta pozycja wniesie do Twojego domu rodzinnego trochę

nowych pomysłów, rzuci inne światło na trudy i radości wychowywania dzieci oraz pomoże wychować Ci Twoje pociechy na wartościowych ludzi, świadomych swoich olbrzymich możliwości, znających radość życia i realizujących z sukcesem swoje życiowe cele i zamierzenia.

Naszą wspólną podróż po tajemnicach mądrego rodzicielstwa zacznę od kwestii podstawowej, bez której nie ma w ogóle mowy o efektywnym wychowywaniu. Jest ona absolutnie zasadnicza i jeśli nie wprowadzisz jej w życie, wszelkie Twoje wysiłki mogą się okazać bezowocne. Zatem – zapraszam Cię do kolejnego rozdziału.