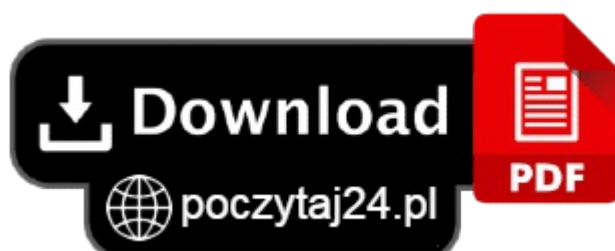


Margot Sunderland

Odwrócona relacja. Kiedy problemy rodziców zabierają dzieciństwo

Pobieranie Książek, Ebook - Pdf, Doc, Mobi, Epub



Wszystkie dzieci potrzebują regulacji emocjonalnej ze strony rodziców. Zwłaszcza gdy doświadczają silnych emocji, takich jak wściekłość, frustracja, stres czy lęk. W takiej sytuacji niezwykle ważne jest to, by wysłuchać dziecka, a także pomóc mu zrozumieć i opanować jego uczucia. Jest to naturalne zadanie rodziców.

A co, jeśli to rodzicom brakuje równowagi emocjonalnej? Jeśli to oni nie radzą sobie ze swoimi uczuciami? Jeśli są do tego stopnia pochłonięci własnymi problemami, że w ich umyśle nie ma już przestrzeni na to, by zająć się problemami dziecka?

Autorka książki wyjaśnia, że rodzice zaabsorbowani własnymi sprawami nie są w stanie skutecznie zaspokajać potrzeb relacyjnych i emocjonalnych swoich dzieci. Nie chodzi tu o sporadyczne czy przejściowe trudności, których doświadczają wszystkie rodziny. Chodzi o sytuację, gdy rodzic jest przez większość czasu pochłonięty swoimi problemami, a **jego zachowania przerażają, zawstydzają lub poniżają dziecko, odbierają poczucie bezpieczeństwa, powodują chaos, niszczą poczucie własnej wartości.** Napięcia i trudności rodzica stają się wówczas napięciami i trudnościami dziecka, a dom przestaje być ostoją ciepła i spokoju.

DLA KOGO JEST TA KSIĄŻKA?

Książka pomoże w pracy z dziećmi, których spokój i rozwój emocjonalny są zagrożone w wyniku problemów trapiących ich rodziców, takich jak:

zaburzenia psychiczne; przewlekła choroba; uzależnienie od alkoholu lub narkotyków; przemoc i agresja; separacja lub rozwód.

DZIĘKI TEJ KSIĄŻCE:

nauczysz się rozpoznawać uczucia kryjące się za trudnymi zachowaniami dziecka i odpowiednio reagować, aby pomóc mu uporać się z emocjami; dowiesz się, jak ułatwić dziecku radzenie sobie z niewypowiedzianymi uczuciami; nauczysz się wzmacniać dziecko tak, by wiedziało, że ma prawo wyrażać własne emocje i opinie; poznasz podstawowe narzędzia komunikacji między rodzicem a dzieckiem, przydatne wtedy, gdy problemy dorosłego w negatywny sposób wpływają na dziecko; pomożesz rodzicom i dzieciom odnaleźć drogę do siebie nawzajem; dowiesz się, jak wspierać rodzica z problemami, który chce przepracować swój ból emocjonalny i zająć się niezaspokojonymi potrzebami psychicznymi dziecka.

JAK KORZYSTAĆ Z TEGO PORADNIKA?

Część pierwsza to wyczerpujące studium trudnych rodziców. Pomaga zrozumieć, jak czuje się i zachowuje dziecko rodzica z problemami. Omówiono w niej też najnowsze badania dotyczące skutków takiego stanu rzeczy oraz możliwe sposoby pomocy w tej sytuacji.

Część druga skupia się na praktycznych interwencjach. Zawiera wiele ćwiczeń, pomysłów na pracę z dzieckiem, rysunkowych kart pracy oraz zadań wspierających rozmowy terapeutyczne z dziećmi.