Ewa Gadomska - Oleszkiewicz

**Postawy rodzicielskie, a zdolności w zakresie samoregulacji.**

Chciałabym przedstawić w bardzo dużym skrócie jak samoregulacja jest ważnym elementem w procesie wychowania, a właściwe postawy rodziców mogą wpływać na jej odpowiednie ukształtowanie. W tym celu przedstawię Państwu poniższy temat. To jak młody człowiek odbiera świat, wpływa na proces samoregulacji - to jest proces podejmowania przez niego decyzji i umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych. Skupimy się na rodzinie, albowiem to ona jest takim miejscem, gdzie dziecko obserwuje i uczy się prawidłowych zachowań międzyludzkich. Sposób postępowania rodziców z dzieckiem i na odwrót dziecka z rodzicem, kształtuje samoregulację jako zdolność jednostki do możliwości realizowania swoich zamierzeń i spełniania wytyczonych przez nie celów.

Osobowość dziecka kształtuje się już od najmłodszych lat, to rodzina jako pierwsze środowisko przekazuje doświadczenia, wzorce poznawcze i emocjonalne, które przyczyniają się do stworzenia schematów, jakimi posługuje się dziecko w rozwiązywaniu codziennych problemów i stawianiu czoła nowym wyznaniom. Schematy te, są w codziennych wyborach, jakich dokonuje jednostka, porównując swoje zachowanie do wzorca – gotowego schematu, który już posiada w swoich zasobach (Harwas - Napierała, 2009).

Samoregulacja ma bardzo duże znaczenie w prawidłowym funkcjonowaniu jednostki albowiem standardy, jakie tworzy jednostka wyznaczają jej punkt zwrotny w kierunku prawidłowego zachowania, zgodny z założonymi wytycznymi.

Osobowość dziecka kształtuję się, więc pod wpływem czytników, które ujawniają się w różnych sytuacjach rodzinnych. To rodzice, opiekunowie, którzy sprawują nadzór nad dzieckiem w sposób bardziej lub mniej bezpośredni kształtują jego światopogląd i określone rysy osobowości. Wyznaczone przez rodzinę przyjęte i obowiązujące w rodzinie wzory postępowania nadają kształt osobowości młodego człowieka (Rembowski, 1986).

To właśnie rodzina kształtuje struktury osobowości swoich członków, w tym również tych najmłodszych - dzieci, które są jej najcenniejszymi ogniwami. Rodzice, opiekunowie, wychowawcy i ich postawy względem dzieci wpływają na kształtowanie się pod ich wpływem obrazu dziecka jako „jednostki autonomicznej”, dlatego tak ważne są pierwsze doświadczenia dziecka, które zdobywa ona w swoim rodzinnym domu (Ziemska, 1977).

Rodzice przyjmują względem dziecka określoną postawę, jeżeli wiąże się ona z bezpieczeństwem, dawaniem swobody i możliwością doświadczania świata - wiążę się z właściwym odbiorem przez dziecko wszystkich bodźców i funkcji. Jeżeli postawa taka nie jest zachowana - pojawiają się postawy negatywne, które źle wpływają na proces samoregulacji (Lewandowska - Walter-Wojdyło, 2010).

Do postaw negatywnych, które szkodzą właściwej samoregulacji, zaliczamy postawę: odtrącającą, unikającą, nadmiernie wymagającą i postawę nadmiernie chroniącą. Postawa unikająca może przyczyniać się, że dziecko w przyszłości odczuwać będzie niechęć emocjonalną do kontaktów z innymi gdyż samo nie zazna od rodziców bliskości i stronić będzie od bliskości z innymi. Postawa odtrącająca charakteryzuje się również brakiem bliskości, ale dodatkowo może tu dziecko uważać się za ciężar dla swoich opiekunów i sprawiać z tego tytułu problemy wychowawcze. Dwie ostatnie postawy: nadmiernie wymagająca i nadmiernie chroniąca, mogą powodować lęki, obsesje i brak wiary we własne siły (Ziemska, 1973).

W rodzinach gdzie występuje wychowanie autokratyczne bardzo często stosowane są negatywne postawy wobec dzieci: częste konflikty, brak zrozumienia, narzucanie woli ze strony rodziców to częsty przykład wychowania w takiej rodzinie. Dzieci w takich sytuacjach są często zdane same sobie, nie mogą liczyć na rodzinę. Jeżeli rodzice popełniają błędy rodzicielskie względem dzieci, ale charakteryzują się trwałym pozytywnym stosunkiem do dziecka to wzajemne relacje i tak zostaną zachowane w pozytywny sposób.

Badania potwierdzają, że styl bezpieczny sprzyja kształtowaniu wysokich zdolności samoregulacji. Często orientacja na stan jest konsekwencją wychowania autorytarnego, w którym rodzice narzucają dziecku swoją wolę (Kadzikowska - Wrzosek, 2011).

Aby temu zapobiec ważna jest realizacja potrzeb akceptacji, bezpieczeństwa i przynależności. Dziecko powinno czuć się kochane i wartościowe, powinno mieć również możliwość wyrażania swoich poglądów i pragnień (Bąkiera, 2009).

Badania rodzin ukazujące konflikty z dziećmi i próby ich rozwiązania pokazują fakt, że jeżeli dziecko jest akceptowane w domu a rodzice zastosują niewłaściwe metody wychowawcze to i tak nie spowodują negatywnych konsekwencji gdyż największe znaczenie ma pozytywnie stały stosunek emocjonalny do dziecka i jego zrozumienie (Kazimierczak, Plopa, Błażej, 2009).

Zgodnie z założeniem Kuhla, każdy z nas w realizacji celów korzysta z dwóch wytycznych: orientacji na stan lub orientacji na działanie. Pierwsza utrudnia działanie a druga ułatwia jego realizację. W orientacji na stan możemy wyróżnić takie zajęcia, które służą – oderwaniu się od bieżącego działania i kierują jednostkę do wahania się z realizacją przyjętych działań. Zdaniem Kuhla bierny, słaby, niewymagający stymulacji kontakt z dzieckiem oraz ustawienie na drugim biegunie: nadmierna kontrola zewnętrzna rodziców przyczyniają się do wykształcenia u dzieci orientacji na stan (Marszał - Wiśniewska, 2001).

Możemy też wywnioskować, że brak kontaktu z dzieckiem wiąże się z frustracją potrzeb dziecka oraz powracającą nieprzyjemną przeszłością i zakłóconą świadomością, natomiast nadmierne wymagania kładą nacisk na brak własnej inicjatywy i całkowite posłuszeństwo dziecka. Obie postawy niestety osłabiają system samoregulacji dziecka, albowiem wykształca się wtedy u dzieci orientacja na stan.

Sposób dostosowywania samokontroli, jaki jednostka podejmuje w wyniku zaistniałej sytuacji to ,,sprężystość ego”. Dzieci charakteryzujące się ,,prężnym ego”- potrafią przystosować się do różnych sytuacji, bardzo dobrze radzą sobie z przeciwnościami losu, podejmują wyzwania i konsekwentnie dążą do wyznaczonego celu. Jeżeli ego nie jest ,,sprężyste”- wiąże się to oczywiście z brakiem sytuacji opisanej powyżej, to znaczy brakuje dzieciom zdolności adaptacyjnych i umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych, ponadto występuje często wycofanie i brak wytrwałości w działaniu (Pervin, 2002).

Właściwe postawy rodzicielskie uczą nas jak budować pozytywne relacje z innymi ludźmi i jak należy postępować planując swoje związki. Jeżeli nie pokażemy jak należy dbać o partnera by ofiarować mu miłość, zrozumienie i współczucie dziecko może potem mieć problem w budowaniu prawidłowych relacji interpersonalnych oraz w tworzeniu trwałego związku partnerskiego (Kuncewicz, 2010).

Reasumując widzimy, że rodzina jest środowiskiem, w którym zaspokajane są potrzeby jej członków, jeżeli nie są w właściwy sposób zachowane - pojawiają się trudności i nieprawidłowości. Właściwe postawy rodzicielskie sprzyjają rozwijaniu samoregulacji, z którą wiąże się umiejętność radzenia sobie w życiu.

To jak młody człowiek ukształtuje swoje pojęcia Ja i zdolność samoregulacji zależy w dużej mierze od czynników indywidualnych związanych ze stanem zdrowia jednostki czy typem układu nerwowego, jak i od takich, które są nierozerwalnie związane z takimi elementami jak właściwe wychowanie w rodzinie, poprzez które kształtuje się poczucie kontroli, autonomia, niezależność, pochwała, nagana, czy opinie innych. Właściwe postawy rodzicielskie, kształtujące w wyżej wymienionym zakresie, odgrywają dużą rolę w zakresie samoregulacji. Fakt, jak zostanie wykształcona samoregulacja wpływa na umiejętność radzenia sobie przez jednostkę w sytuacjach trudnych i umiejętności działania w dążeniu do celu. Dbajmy więc o prawidłowe postawy rodzicielskie albowiem tylko w taki sposób możemy wykształcić zdolność samoregulacji tak bardzo niezbędną do autonomicznego funkcjonowania jednostki.

**Literatura cytowana:**

1. Marszał-Wiśniewska, M. (2001). Wychowawcze uwarunkowania orientacji na stan: jak można nie wykształcić silnej woli. *Przegląd Psychologiczny*, 44, 4, 479-494.

# Kadzikowska-Wrzosek, R. (2011). Postawy rodzicielskie a zdolności w zakresie samoregulacji: Wychowawcze uwarunkowania gratyfikacji podstawowych potrzeb, internalizacji standardów oraz siły woli. *Psychologia Rozwojowa,* 16(4), 89-108.

1. Pervin, L.A. (2002). *Psychologia osobowości. Badania podłużne Jacka i Jeanne Blocków* (s. 190 -195). Gdańsk: GWP.
2. Bąkiera, L. (2009). Generatywność rodziców jako wartość rozwojowa rodziny. W B. Harwas-Napierała, *Rodzina jako wartość w rozwoju człowieka.* (str. 64). Poznań: UAM.
3. Harwas-Napierała, B. (2009). Rodzina jako wartość a współczesność. W B. Harwas-Napierała, *Rodzina jako wartość w rozwoju człowieka* (strony 11-24). Poznań: UAM.
4. Kazimierczak, M., Plopa, M., Błażek, M. (2009). Rola więzi rodzinnych w rozwiązywaniu empatii. W T. Rostkowska, *Psychologia rodziny. Małżeństwo i rodzina wobec współczesnych wyzwań.* (stony 216-235). Warszawa: Difin S.A.
5. Kuncewicz, D. (2010). Rozwiązywanie konfliktów z partnerem a wzory relacji z rodzicami. W T. Rostkowska, *Psychospołeczne aspekty życia rodzinnego* (strony 125-142). Warszawa: Difin S.A.
6. Lewandowska-Walter, A., Wojdyło, K. (2010). Rodzina a osobowość. W T. Rostowska, A. Peplińska, *Psychospołeczne aspekty życia rodzinnego* (str. 254). Warszawa: Difin S.A.
7. Rembowski, J. (1986). Rodzina jako system powiązań. W M. Ziemska, *Rodzina i dziecko* (str. 10). Warszawa: PWN.
8. Ziemska, M. (1973). *Postawy rodzicielskie.* Warszawa: Wiedza Powszechna.
9. Ziemska, M. (1977). *Rodzina a osobowość.* Warszawa: Omega.