

**Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie**

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz

## ***POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 237 (luty 2022)***

### **Być rodzicem po rozwodzie**

Dla większości dzieci rozwód rodziców jest szokiem. Rodzice często nie bardzo wiedzą, jak w tym wypadku z dzieckiem postępować. Czy jest sposób, by dziecko rozwód przeżyło bezboleśnie? O czym i w jaki sposób z dzieckiem rozmawiać, by pomóc mu w tej trudnej sytuacji?

#### **DLA TYCH RODZICÓW, Z KTÓRYMI POZOSTAŁY DZIECI**

Należy pamiętać o tym, aby:

- uznawać i akceptować smutek, nieszczęście dziecka,
- dodawać mu otuchy i zapewniać wsparcie, gdy jest zagubione, zaniepokojone i smutne,
- przywracać mu, zaufanie i nadzieję na to, że kiedyś będzie lepiej niż teraz.

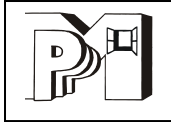
Możesz bardzo pomóc swojemu dziecku, po prostu będąc z nim – nie uciekaj z domu. Postaraj się, aby codzienność życia domowego (to znaczy pory posiłków, podział obowiązków, zwyczaje domowe, gesty, którymi się posługujecie), na ile to możliwe, pozostała jak najbardziej zbliżona do tej, którą dzieci znają. Niezmiernie ważne jest, aby zadbać o budowanie samooceny dziecka.

#### **DLA TYCH RODZICÓW, KTÓRZY NIE MIESZKAJĄ Z DZIECKIEM**

Należy pamiętać, że dziecko chce i oczekuje od rodzica, aby pozwolił mu cieszyć się z tego, że mieszka z drugim rodzicem. Pragnie móc używać imienia swojej matki/ojca bez obawy o jakikolwiek komentarz. Dziecko nie chce wysłuchiwać jak powinno być w domu w którym mieszka, z kim spotyka się rodzic. Dbaj, aby dziecko nie stało się stroną w konflikcie między rodzicami. Twoje dziecko chce, abyś był/była częścią jego rodziny. Dlatego mów o sobie, o nim. Wysłuchaj co ma ci do powiedzenia o tym, co robi, z czego się cieszy, a co je martwi. Staraj się, aby wasze spotkania były jak najbardziej naturalne i zbliżone do codziennego życia. Zadbaj, aby nie miały wyłącznie charakteru odświętnego lub zabawowego. Mów i okazuj dziecku, że twoje uczucie do niego się nie zmieniło po rozwodzie i że się nie zmieni w przyszłości. Rób wszystko, aby dziecko nie było gościem w twoim życiu. Abyś pozostał/a częścią jego życia.

Tekst opracowano w oparciu o książkę Kuby Jabłońskiego pt. „Rozwód. Jak go przeżyć?”

Mgr Krystyna Krynicka – pedagog



Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz

## ***POCZYTAJcie MAMO, TATO! 237 (luty 2022)***

KILKA SŁÓW NA TEMAT INTEGRACJI SENOSRYCZNEJ

### **Integracja Sensoryczna**

Integracja sensoryczna to organizacja, interpretacja i przetwarzanie bodźców zmysłowych. Oto najważniejsze informacje o tym procesie:

- ✓ zmysły ( wzrok, słuch, dotyk, smak, węch, równowaga i propriocepcja ) dostarczają pożywienia dla mózgu,
- ✓ w każdej chwili do mózgu wpływa niezliczona liczba informacji,
- ✓ układy zmysłowe i mózg funkcjonują we współzależności, aby nadać głębsze znaczenie poszczególnym bodźcom,
- ✓ jeżeli chociaż jeden układ zmysłowy nie funkcjonuje prawidłowo, to zaburza to pracę całego układu,
- ✓ mózgu zawsze pracuje jako całość i nawet małe zaburzenie dezintegruje,
- ✓ celem integracji sensorycznej jest poprawienie jakości przesyłania i organizacji informacji,
- ✓ integracja prowadzi do celowego działania,
- ✓ integracja jest warunkiem osiągnięcia dojrzałości szkolnej, radzenia sobie z sytuacjami dnia codziennego, wpływa na zachowanie,
- ✓ zakłócenia powodujące zaburzenia rozwoju integracji sensorycznej sprawiają, że nie może wytworzyć się właściwa postawa, na której dziecko buduje coraz bardziej złożone umiejętności ruchowe i psychiczne związane z uczeniem się,
- ✓ deficyty w zakresie integracji sensorycznej mogą być rozpoznawane u niektórych dzieci z trudnościami w uczeniu się, zaburzoną koordynacją ruchową, z zaburzeniami zachowania się i zaburzeniami emocjonalnymi.

