

Tisztelettel Köszöntöm a Kedves Olvasót!

MARADJUNK OTTHON!

„– Honnan tudod, hogy Szerelem?

– A nagymamámnak volt egy igen érdekes elmélete. Azt mondogatta, jóllehet úgy születünk, hogy valamennyiünkben van egy doboz gyufa, magunktól nem tudjuk meggyújtani a gyufaszálakat, szükségünk van... oxigénre, meg egy gyertya segítségével. Csakhogy ez esetben az oxigénnek példának okáért a szeretett személy lélegzetéből kell származnia, a gyertya lehet bármiféle érintés, simogatás, szó vagy hang, amely elsüti a robbanókészüléket, és lángra gyújtja az egyik gyufát. Ilyenkor egy pillanatra heves érzelem vakít el bennünket. Bensőnkben kellemes meleg árad szét, amely az idő múlásával lassan-lassan elenyészik, míg egy újabb robbanás fel nem éleszti.” Szabó Magda



Hogy is énekelte az 1962-es Ki mit tud? című műsorban Koncz Zsuzsa és Gergely Ágnes?

„Ó, ó, ó, nagymami, drága nagymami,
Jaj, de jó, hogy köztünk élsz!
Tenálad nem lehet senki kedvesebb,
Mindig adsz csak, és nem kérsz.
Mint egy ezüsthajú, fürge tündér,
Művelsz mesebeli száz csodát.
Mert te vagy, nagymami, drága nagymami,
Aki csak jót és szépet ad.”

A történet rögtön egy érdekességgel kezdődik, ugyanis azt kevesen tudják, hogy a világon először 1965-ben, Lengyelországban tartották meg a nagymamák napját.

A nagyszülők világnapját elsőként 42 esztendeje, 1978. szeptember első vasárnapján rendezték meg az Egyesült Államokban. A világnapnak hivatalos virágot is választottak, mely a nefelejcs lett, védőszentjüknek pedig Szent Annát választották.

A változó világgal a nagyszülői szerepkör is változik. A generációk sok esetben távol, akár külföldön élnek, így a mindennapokban nehezen tudnak besegíteni. Mert a nagyszülők szerepköre a rohanó életben leginkább az alkalmi felvigyázásra szorítkozik. Ezen érdemes elgondolkodni: a nagyszülők a szeretet erejével vannak az unokákkal. Így természetesen a szeretet a kapocs unoka-nagyszülő között. Ha ez alkalmi találkozásokra szűkül, akkor a szeretet mennyisége csökken - szerencsére intenzitása nem.

A szülők nagyszülők lesznek, ami más feladatkört jelent. A szülő szalad, dolga van. A nagyszülő ráér, van ideje. Süt, főz, takarít: várja az unokát. Az együtt töltött idő tartalmazza mindazt, amit a szülő nehezen tud adni a gyermekének: értő figyelmet. Az unokákkal töltött idő minden perce öröm lehet – az apróságoknak pedig életre szóló, soha vissza nem hozható korszak. Lehet unokái bölcs bizalmasa, türelmes terelője.

Néhány ötlet, amivel a család minden tagjának örömet tud szerezni a nagyszülő.

Kérdezz!

Ha érdeklődik a nagyszülő az unoka felől, sok ismerethez jut: mi a kedvenc időtöltése, mit szeret enni, olvasni... Az együtt töltött idő az ismeret birtokában kellemesen telik. A szülőkkel való beszélgetés ötleteket ad: strand, kirándulás, rajzfilm...

Merj újra gyerek lenni!

Bolondozni lehet az unokával, minden következmény nélkül. Ez a nagyszülőknek is jó, nem beszélve a kötődésről, ami kialakul az unokával.

Ne rivalizálj!

Ha a körülmények miatt nem tud a nagyszülő elég időt együtt lenni az unokával, akkor tegye tartalmassá közös játékkészítéssel, festéssel, gyurmázással, kirándulással...

Élményt adj, ne játékot!

Az együtt töltött kellemes percek maradandóbbak, mint a drága játék.

Ne szólj!

Ha a szülők nem kérdezik meg a nagyszülők véleményét, nem kell elébe menni. Előbb-utóbb kikérik és meg is fogadják azt. A szülőkkel való kapcsolat meghatározza, hogy mennyit lesz

együtt unoka-nagyszülő. A szülői utasításokat érdemes betartani, nemcsak a megfelelés miatt, hanem, mert hasznos az unokának. Neki kell megfelelnie a nagyszülőnek! A bölcs hallgat.

Mondj nemet!

Amikor a szülők kéréssel fordulnak a nagyszülőkhöz, hogy vigyázzon az unokára, az a bizalmi kapcsolat jele. Viszont előfordul, hogy akkorra már megbeszél program van. Ilyenkor más időpont felajánlása a szülőknek jól tud esni.

Aranyosi Ervin: A nagyszülők szeretete

A nagyszülők szeretetét felülmúlni nem lehet!
Bölcsességük jóra tanít minden apró gyereket.
Szeretettel pátyolgatja, van ideje játszani,
felnőttek már igazából Ő sem akar látszani.
Tanult régi hibáiból, s jóvá tenni van oka,
gyakorlatban érlelt tudást kap tőle az unoka.
Sokan hiszik, – elkényeztet – pedig életre tanít,
s nem akarja, más élje meg, rég elvesztett álmait.
Így hát, amit Ők adhatnak, felülmúlni nem lehet.
Kincset adnak a jövőnek: úgy hívják, hogy SZERETET.

Napjainkban rendkívül fontos szerepet töltenek be unokáik életében. Ez a szerep nem feltétlenül aktív, hiszen jó esetben bíznak gyerekeikben, hogy azok a legjobb képességeik szerint élnek szülői felelősségükkel, de a háttérből, a „kispadról” biztatják, támogatják őket, és készek arra, hogy szükség esetén „pályára lépjenek”. Ám ez a nagyszülői szerep is egy tanulási, fejlődési folyamat eredménye, ami sok súrlódással is járhat a családon belül.

A nagyszülői szerepkör komoly önismeret. Ezt a szerepet is tanulni kell. A családtól kapott tapasztalat ebben az esetben igen fontos:

- szertette-e a szülőket az előző generáció?;
- mennyire önérvényesítő a nagyszülő?;
- milyen összhang van a szülők-nagyszülők nevelési stílusa között?;
- viselkedési mintázatok a családban: döntési helyzetekben...

Mondatok, amik nem viccesek:

"Tőlem megkapod"

A szülőkkel minden esetben egyeztetni kell a legcsekélyebb ajándékkal kapcsolatban. Ha nem: megtanulja az unoka, hogyha valamit el akar érní, akkor a nagyszülőhöz fordulhat, szemben a szülővel. Ez a későbbi felnőtt személyiség kialakulásában lesz igen káros.

"Nálam lehet"

Ha a szülő valamit megtiltott a gyermeknek, akkor ezt ne írja felül a nagyszülő önkényesen: diéta, öltözködés, időbeosztás...

Nem látod többé az unokádat!

A konfliktusokat, családi viszályokat ne a gyerek előtt bonyolítsuk. Ha már kialakult, legyünk diszkrétek, türelmesek. Ne rivalizáljon szülő-nagyszülő.

Mi mindent tettem érted!

Ez egy mérgező nagyszülő mondata. Vélhetően mérgező szülei voltak. A mérgező szülő-nagyszülő kritizál, keveset dicsér, viselkedésével, szavaival bánt, az agressziótól sem riad vissza, személyiségromboló hatással van a gyermekre, unokára, manipulálja a szereplőket a másik háta mögött, érzelmileg zsarol, mindenki döntését felülbírálja...

Bezzeg az én időmben...!

A „bezzeges” mondatokkal mindig szíven találjuk azt, akihez szólunk. Ezek fájdalmasak, nehezen felejthetők. Tartózkodjunk ezektől a mondatoktól. A mai nagyszülők egészen másfajta munkakörülmények között dolgoztak, nem összehasonlítható a maival.

Igen, te így csinálod? Hát...!

Folyamatosan kritizálja a környezetében élőket, **még az unokáját is**. Megkérdőjelezi a döntéseket, akár az unoka előtt száll vitába a szülőkkel.

Ha nem adsz puszit, sírni fogok.

Manipulációval éri el, hogy az történjen, amit ő akar.



Fontos!

Érdemes a nagyszülők segítségét igénybe venni, minden téren nyer vele a család!

A szülők tájékozottak, de a nagyik mindent tudnak!

A szülők-nagyszülők együtt tisztázzák, hogy mi kerülhet a facebook-ra.

Ami az unokáknak öröm és boldogság, az a nagyszülőknek „életerő”.

Az esetleges konfliktusokat nem lehet megúszni, de nem kell tőlük félni, konfliktusok nélkül ugyanis nincsenek emberi kapcsolatok; a megoldásra minden félnek kész kell lenni.

A kölcsönös tisztelet, szeretet, a másik lehetőségeinek és korlátainak ismerete, elfogadása nagymértékben hozzájárul a sikeres kapcsolódáshoz.

„Minél kisebb a ház, a családnak annál jobban össze kell tartania. Nincs helyük a széthúzásra.”

Colleen Hoover

Gondolataikat továbbra is várom!

Elérhetőség: pszichogalgaheviz.2020@gmail.com

Vigyázzunk magunkra és a hozzánk közelállókra!

Folytatjuk!

