

Lovász Hajnalka



.....

“Teher alatt nő a pálma?
Szabad-e a szorongás észlelhető jelei
ellenére tovább terhelni a
gyermeket, attól az elvtől vezérelve,
hogy „úgysem tudjuk burokban
tartani, majd megedződik”? Nem
javaslom ezt a szemléletmódot. A
gyermek a saját eszközeivel jelez a
külvilágnak. Ha saját szüleiben sem
bizhat, hogy meghallják és megértik
jelzéseit, akkor nem megerősödni fog,
hanem elveszíti bizalmát a hozzá
legközelebb álló felnőttekben.”

(Részlet a Mit kezdünk az akaratossággal? c. könyvből”)

.....

DELIÁGA ÉVA

Okleveles pszichológus,
integratív gyermekterapeuta,
tanácsadó szakpszichológus,
fókusz tréner, pszichodráma
asszisztens. Több, mint egy
évtizede foglalkozik családokkal,
nyújt tanácsadást szülőknek és
praktizál

gyermekpszichológusként.
Érdeklődése fókuszában a
gyermeklélektan, a pszicho-
edukáció és a pszichológiai
ismeretterjesztés áll. Szerzői
munkássága szakmai
honlapján, blogján és szakmai
facebook oldalán a
gyermekpszichológia széles
palettáját felölelő, – pl.:
gyermeknevelési-válási
tanácsadás, szorongás,
akaratosság és más gyermeki
sajátosságok, elakadások
kezelése, oldása, gyermekek és
az oktatás témája – írásaiból,
cikkeiből áll.



DELIÁGA ÉVA



**MIT KEZDJÜNK AZ
AKARATOSSÁGGAL? -
PSZICHOLÓGIAI
ÚTMUTATÓ +
DACSZELÍTŐ MESÉK**



A dackorszakon is túlnyúló, óvodás- és kisiskoláskorban megnyilvánuló akaratosság szelíd feloldására szolgáló eszköztár kialakításánál figyelembe vette, hogy az eltérő személyiségű szülőknél és gyermekeiknél szituációtól függően más-más megoldás működhet.



**MIT KEZDJÜNK AZ
AGRESSZIÓVAL? -
PSZICHOLÓGIAI
ÚTMUTATÓ +
INDULATKEZELŐ MESÉK**

SZÜLÖKÉNT SZERETNÉNK TUDNI, HOGY MI TERHELI MEG A GYEREKÜNKET, MI VÁLT KI BELŐLE AGRESSZÍV VISELKEDÉST, ÉS MIKÉNT TUDNÁNK ARRÁ JÓL, A GYEREK ÉS A KÖRNYEZETE ÉRDEKEIT IS FIGYELEMBE VÉVE REAGÁLNI. DELIÁGA ÉVA SOKÉVES PSZICHOLÓGUSI PRAXISA TAPASZTALATAI ALAPJÁN, ÉLETKORI CSOPORTOKRA LEBONTVA FOGLALJA ÖSSZE A GYERMEKI AGRESSZIÓ LEHETSÉGES KIVÁLTÓ OKAIT. SEGÍT, HOGY MEG TUDJUK KÜLÖNBÖZTETNI AZ ÉLETKORI SAJÁTOSSÁGOKAT AZ AGGASZTÓ JELENSÉGEKTŐL.

A PSZICHOLÓGIAI ÚTMUTATÓBAN A GYERMEKI SZORONGÁS LÉLEKTANÁRÓL, ILLETVE A MINDENNAPI GYAKORLATBAN JÓL HASZNÁLHATÓ MÓDSZEREKRŐL OLVASHAT. ARRÁ IS TALÁLHAT PÉLDÁKAT, HOGY MI AZ, AMI HOSSZÚ TÁVON ÁRTALMAS LEHET A GYERMEK EGÉSZSÉGES SZEMÉLYISÉGFEJLŐDÉSÉRE, MÉG AKKOR IS, HA ELSŐRE HATÉKONYNAK TŰNIK.

**MIT KEZDJÜNK A
SZORONGÁSSAL? -
PSZICHOLÓGIAI
ÚTMUTATÓ +
FÉLELEMOLDÓ MESÉK**





**– Ne próbálja
pusztán a
hangerejével
irányítani a
gyerekét,
például egy
másik szobából
átkiabálva.”**

*(Deliága Éva – Lovász
Hajnalka: Mit kezdünk az
agresszióval?)*

Deliága Éva

A szemnek láthatatlan

**EZT A KÖNYVET KÉT FŐ CÉLLAL
ÍRTAM. EGYRÉSZT SZERETNÉM
ENYHÍTENI A SZÜLŐI SZORONGÁST
ÉS BÜNTUDATOT, HOGY
ÉDESANYAKÉNT, ÉDESAPAKÉNT
JOBBAN ÉREZHESSEK MAGUKAT A
BŐRÜKBEN, ÉS ENERGIAIKAT A
FELESLEGES TÉPELŐDÉS HELYETT
INKÁBB A HATÉKONY MEGOLDÁSOK
KERESÉSÉRE FORDÍTHASSÁK.**

**MÁSRÉSZT SZEMPONTOKAT
KÍNÁLOK AHHOZ, HOGY FEL TUDJÁK
ISMERNI, MIKOR VAN DOLGUK
TERMÉSZETES ÉLETKORI VAGY
ALKATI JELENSÉGGEL, ÉS MIKOR
ÁLLNAK SZEMBEN KOMOLYABB,
SZÜLŐI VAGY SZAKEMBERI
BEAVATKOZÁST IGÉNYLŐ
PROBLÉMÁVAL. SZÓT EJTEK
AZOKRÓL A HELYZETEKRŐL IS,
AMIKOR A MÉLYBEN, A GYERMEKI
VISELKEDÉS HÁTTERÉBEN VALAMI
EGÉSZEN MÁSRÓL VAN SZÓ, MINT
AMI A FELSZÍNEEN LÁTSZIK. AZ EGYES
TÉMÁKAT SZÁMOS ESETLEÍRÁSSAL
ILLUSZTRÁLVA PRAXISOM
TAPASZTALATAIBÓL.**

.....
**„Egyetlen szülőtől sem
várható el a hibátlan,
tökéletesen következetes
szülői működés, mert
emberek vagyunk, nem
gépek. Az a fontos hogy hű
legyen önmagához, és
érzéseivel összhangban,
hitelesen cselekedjen.”
(Deliága Éva: A szemnek
láthatatlan)**

**“A szülő-gyerek
kapcsolatban sincs helye
az erőszaknak, egyik fél
részéről sem, ám ennek az
alapelvnek a megtanítása
időigényes folyamat,
amelyben a szülőknek
következetesen kell
helytállniuk.”**

*(Deliága Éva – Lovász Hajnalka:
Mit kezdünk az agresszióval?)*