



ZAMIAST KLAPSÓW
Jak z szacunkiem i miłością
wyznaczać dziecku granice

Wychowując dzieci, doświadczamy nieraz bardzo silnych, trudnych emocji. Jest jednak niezwykle ważne, aby te emocje nie kierowały naszym zachowaniem. Nawet najsilniejsze emocje między dorosłymi nie usprawiedliwiają uderzenia drugiej osoby.

Można nauczyć się skutecznie godzić interesy różnych osób i radzić sobie z konfliktami w sposób rozsądny, sprawiedliwy i pełen zrozumienia.

Zrozumienie i wzajemny szacunek to najlepsza podstawa dobrych związków.

Dzieci uczą się przede wszystkim od rodziców. Będą zachowywały się tak, jak rodzice zachowują się wobec nich.



Klapsy wywołują strach, a strach ogłupia. Oczywiście, klapsy powstrzymują dzieci przed robieniem czegoś, czego nie wolno im robić, ale nie skłaniają ich do właściwych zachowań.

Uderzone dziecko poddaje się, a przynajmniej przestaje zachowywać się „niegrzecznie” w danej chwili, lecz nie uczy się, jak powinno postępować. Dziecko bite doznaje krzywdy od najbliższych, na których polega najbardziej. Uważa więc, że jest złe i bezwartościowe. Może ono wtedy uznać przemoc za normalną formę zachowania wobec innych ludzi, a w przyszłości także wobec własnych dzieci.



Wielu konfliktów można uniknąć poprzez staranne planowanie i dobrą organizację. Kiedy już dojdzie do konfliktu, jest niezwykle ważne, byśmy zareagowali we właściwym momencie, przejęli kontrolę nad sytuacją i odpowiednio nią pokierowali. Dzieci czują się dużo bezpieczniej wtedy, kiedy rodzice jasno wyznaczają im granice.

Jeśli ustaliłeś z synem, że wyłączy telewizor, jak tylko skończy się film, przypomnij mu o tym tuż przed jego rozpoczęciem. Bądź konsekwentny, kiedy słyszysz błagalne: „Jeszcze tylko pięć minut!”. Jeśli Twoje „nie” naprawdę znaczy „nie”, zadbaj o to, żeby Twoje dziecko miało co do tego całkowitą jasność.



10 kroków antyklapsowych

1. Okazuj swojemu dziecku miłość i ciepło tak często, jak to tylko możliwe. Bez obawy – takim postępowaniem nie rozpieścisz go. Pokażesz mu, jak bardzo jest dla Ciebie ważne.
2. Bądź przy dziecku, gdy przeżywa silne emocje, z którymi nie potrafi sobie poradzić. Ono wtedy najbardziej Cię potrzebuje.
3. Stosuj pochwały. One wzmacniają pozytywne zachowania. Sprawiają, że dziecko będzie z chęcią je powtarzało.
4. Ustal jasne, proste zasady i granice. Bądź konsekwentny w ich egzekwowaniu.
5. Dawaj dziecku przykład swoim zachowaniem. To, jak będzie zachowywało się dziecko, w dużej mierze zależy od tego, jak Ty się zachowujesz, bo jesteś dla niego pierwszym wzorem do naśladowania.

6. Zauważaj każdą pozytywną zmianę w zachowaniu dziecka. Doceniaj jego wysiłki.
7. Ignoruj zachowania, których nie akceptujesz, szczególnie w przypadku dziecka poniżej 3. roku życia.
8. Mów, co czujesz w związku z konkretnym, negatywnym, zachowaniem dziecka i jakie ma ono dla Ciebie konsekwencje. Dzięki temu Twoje dziecko będzie wiedziało, dlaczego nie chcesz, aby je powtarzało.
9. Używaj humoru, żeby opanować trudne sytuacje. Śmiech to najlepszy sposób na rozładowanie napięcia.
10. Pozwól dziecku na doświadczenie konsekwencji swojego zachowania. Zachęcaj do wspólnego podejmowania decyzji, dokonywania wyborów. Dziecko, tak jak Ty, potrzebuje doświadczać, że ma na coś wpływ, a Ty liczysz się z jego zdaniem.

APEL TWOJEGO DZIECKA



Nie psuj mnie, dając mi wszystko, o co Cię proszę. Niektórymi prośbami jedynie wystawiam Cię na próbę.

Nie obawiaj się postępować wobec mnie twardo i zdecydowanie. Daje mi to poczucie bezpieczeństwa.

Nie pozwól mi utrwalić złych nawyków. Ufam, że Ty pomożesz mi się z nimi uporać.

Nie postępuj tak, abym czuł się mniejszy niż jestem. To sprawia, że postępuję głupio, żeby udowodnić, że jestem duży.

Nie karć mnie w obecności innych. Najbardziej mnie przekonujesz, gdy mówisz do mnie spokojnie i dyskretnie.

Nie ochraniaj mnie przed konsekwencjami tego, co zrobiłem. Potrzebne mi są również bolesne doświadczenia.

Nie przejmuj się zbytnio, gdy mówię „Ja Cię nienawidzę”. To nie Ciebie nienawidzę, ale ograniczeń, które stawiasz przede mną.

Nie przejmuj się zbytnio moimi małymi dolegliwościami. Pomyśl jednak, czy nie staram się przy ich pomocy przyciągnąć Twojej uwagi, której tak bardzo potrzebuję.

Nie gderaj. Będę się bronił udając głuchego.

Nie dawaj mi pochopnych obietnic, bo czuję się bardzo zawiedziony, gdy ich później nie dotrzymujesz.

Nie przeceniaj mnie. To mnie krępuje i niekiedy zmusza do kłamstwa, aby nie sprawić Ci zawodu.

Nie zmieniaj swoich zasad postępowania w zależności od układów. Czuję się wtedy zagubiony i tracę wiarę w Ciebie.

Nie zbywaj mnie, gdy stawiam Ci pytania. Ja znajdę informacje gdzie indziej, ale chciałbym mieć w Tobie przewodnika po świecie.

Nie mów, że mój strach i moje obawy są głupie. Dla mnie są bardzo realne.

Nigdy nawet nie sugeruj, że Twoje cechy to doskonałość i nieomyślność.

Przeżywam bowiem zbyt wielki wstrząs, gdy widzę, że tak nie jest.

Nigdy nie myśl, że usprawiedliwianie się przede mną jest poniżej Twojej godności.

Wzbudza ono we mnie prawdziwą serdeczność.

Nie zabraniaj mi eksperymentowania i popełniania błędów. Bez tego nie mogę się rozwijać.

Nie zapominaj, jak szybko dorastam. Jest Ci zapewne trudno dotrzymać mi kroku, ale - proszę Cię - postaraj się.

Pamiętajmy, że nawet najbardziej kochający i troskliwi rodzice popełniają błędy. Dla dzieci najbardziej liczą się nie nasze błędy, ale to, jak na nie reagujemy – czy umiemy przeprosić, czy okazujemy wolę porozumienia i czy jesteśmy gotowi się zmieniać. To daje naszym dzieciom siłę i odwagę.



Prezentację przygotowała Anita Siemińska/pedagog/
na podstawie materiałów Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę