

## Granice, czyli co wolno dziecku.

Każdego dnia niektórzy z nas spotykają się z trudnościami związanymi z dyscyplinowaniem dzieci, coraz częściej rodzice sygnalizują problemy wychowawcze. Do najczęstszych z nich należą: reagowanie nieadekwatnie do sytuacji, buntowanie się, zachowanie agresywne w stosunku do rodziców, rodzeństwa jak również rówieśników. Czy można temu zaradzić? Zastanówmy się?

Ważne jest w wychowaniu stawianie jasnych i konkretnych **zasad**, jakie panują w domu, szkole, przedszkolu. Wtedy to dziecko ma poczucie bezpieczeństwa jak również stabilizacji. Granice nie są rzeczą wrodzoną, kształtują się w trakcie naszego życia. Granice w zachowaniu dziecka ustalają rodzice. Wprowadzając określone zasady postępowania oraz ujawniają swoje oczekiwania wobec niego. Stawać granice warto już od kołyski, kiedy to dziecko np. mocno ciągnie nas za ucho pokażmy mu niezadowoloną minę i gestem odciągnięcia rączki okażmy mu swoją desaprobację, a gdy rączkujące dziecko podchodzi do gniazdka elektrycznego powiedzmy stanowczo, ale nie krzycząc: "Nie wolno". Dzieci chcą i potrzebują rozumieć reguły. Chcą wiedzieć, czego się od nich oczekuje, jak daleko mogą posunąć się oraz co się dzieje, kiedy posuną się za daleko. Wszystkie dzieci testują swoich rodziców już od najmłodszych lat. Są bystrzymi obserwatorami. Należy pamiętać iż w miarę dorastania dzieci granice muszą być wciąż na nowo dostosowane do ich potrzeb. Zasady zbyt ostre jak i pobłażliwe powodują u dzieci chaos i dezorganizację. Zasady powinny być stałe tzw. przestrzegane przez wszystkich członków rodziny.

### Konsekwencja

Tu warto rozróżnić pojęcie konsekwencja i kara. Kara najczęściej wydawana jest w przypływie emocji, jest niezaplanowana, czasami zależy też od naszego nastroju, zmęczenia a także jest przejawem braku umiejętności poradzenia sobie z trudnym zachowaniem. Dlatego korzystniejsza jest konsekwencja, czyli z góry ustalone następstwo w przypadku nieprzestrzegania zasad. Chodzi o to, aby na poszczególne zachowania dziecka rodzic zawsze reagował w jednaki sposób. Pobłażając i odstępując od ustalonych reguł burzimy system który wprowadziliśmy. Dziecko w takiej sytuacji czuje się zbite z tropu i zdezorientowane. Czasami jest ciężko, gdyż dziecko buntuje się, krzyczy, płacze i rodzice z bezsilności ulegają dla świętego spokoju. W relacji dziecko-rodzic powinna jednak obowiązywać zasada: to co było wczoraj zabronione, dzisiaj nie może być dozwolone i odwrotnie. W każdej sytuacji ustalone raz zasady powinny być konsekwentnie realizowane.

Pamiętajmy, że jeśli od najmłodszych lat będziemy konsekwentni wobec dziecka, postavimy granice, to dziecko wtedy zrozumie, że łamanie zasad wiąże się z ponoszeniem odpowiedzialności. A wtedy możemy być pewni że dziecko przestanie łamać zasady, gdyż zrozumie że to zupełnie nie opłacalne i że nic w ten sposób nie wskóra.

### Pochwały

Większość dorosłych łatwo dostrzega to co złe. To co dobre zbyt łatwo przechodzi do porządku dziennego - bo to przecież normalne, a za normalne nie ma co chwalić. Uczy to dziecko, że najważniejszą umiejętnością jest dostrzeganie negatywnych stron, a nie tego, co piękne i dobre. Pochwały pomagają lepiej radzić sobie z problemami, dają poczucie bezpieczeństwa, dają wiarę we własne możliwości. Motywują dziecko do wykonania obowiązków. Jednakże sposób, w jaki chwalimy, nie jest obojętny. Źle sformułowana pochwała, może przynieść odwrotny skutek. Ważny jest sposób udzielania pochwały, powinna ona nastąpić zaraz po właściwym zachowaniu, być wyrażana w sposób precyzyjny. Duże znaczenie ma także tutaj nasza postawa ciała, uśmiech, uniesiony kciuk. Dla dziecka bardzo ważna jak i motywująca jest pochwała zastosowana w obecności innych. Zasady dobrej pochwały to:

- Opisz to, co widzisz. „*Widzę czystą podłogę, posłane łóżko, książki równo ułożone na półce*”.
- Opisz, co czujesz. „*Przyjemnie było wejść do takiego pokoju*”.
- Podsumuj godne pochwały zachowanie dziecka. „*Uporządkowane ołówki, kredki i pióra ułożyłeś w oddzielnych pudełkach. To się nazywa porządek!*”.

Podsumowując ważne jest w naszym, życiu stawianie dziecku granic, być konsekwentnym i stosować pochwały, a wtedy dziecko zrozumie co mu wolno a czego nie wolno. Ustalając granice w zachowaniu należy brać pod uwagę szacunek wobec dziecka i jego działań, ważne jest tu nawiązanie z dzieckiem kontaktu wzrokowego. Pamiętaj wyjaśnić zasady jakie ustalisz z dzieckiem i co wiąże się z ich przekroczeniem, gdyż przekroczenie granic powoduje natychmiastowe odwołanie się do konsekwencji i jej wdrożenie.

**Opracował pedagog i psycholog szkolny wykorzystując:**

**Bibliografia:**

1. M. Herbert „Co wolno dziecku. Rozsądne ustalanie granic”, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2005 r.
2. K. Steede „10 błędów popełnianych przez dobrych rodziców”, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2000 r.
3. Adele Faber, Elanie Mazlish „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać żeby dzieci do nas mówiły”