

## MOJE DZIECKO MNIE NIE SŁUCHA

*On to robi specjalnie! Przecież powtarzałam to już tyle razy! Czy on nie rozumie po polsku?! Wielokrotnie rodzice przeżywają chwile załamania, gdy wydaje się, że nasze dziecko robi nam na przekór, jest krnąbrne i niegrzeczne? Jak często zdarza się nam pomyśleć, że maluch robi zakazane rzeczy złośliwie i z premedytacją?*

Gdy dziecko robi coś, co nam się nie podoba zwykle szukamy przyczyn tego stanu rzeczy wyłącznie w dziecku. Często zapominamy, że sytuacja, która nas zdenerwowała, zaistniała przy udziale dwóch stron: dziecka i dorosłego. Gdy dochodzi do konfliktu każdy jego uczestnik odgrywa w nim swoją rolę i te wspólne „starania” doprowadzają do efektu pozytywnego lub wręcz przeciwnie.

Ważne jest ustalenie w naszych kontaktach z dzieckiem granic i zasad. Osoba dorosła jest bowiem tą stroną interakcji, która powinna świadomie wprowadzać określone zasady zachowania. Dziecko natomiast głównie obserwuje, naśladuje i powiela wzorce demonstrowane – często nieświadomie – przez rodzica.

Mama i tata mają prawo wskazywać dziecku, jakie zachowania i postawy są w rodzinie pożądane i pochwalane. Tylko w ten sposób stwarzają dla siebie i dla swojego dziecka bezpieczną, zdrową przestrzeń do interakcji, w której wszyscy członkowie rodziny czują się dobrze. Dla dziecka jest to przestrzeń, w której czuje się akceptowane (nawet gdy zrobi coś źle), kochane i wysłuchiwane.

Największą gwarancją udanej i zadowolającej współpracy z własnym dzieckiem jest świadomość własnych potrzeb, autentyczność zachowania i demonstrowanie pożądanych wzorów postępowania. Dzieci są jak gąbki – nasiąkają słowami i zachowaniami dorosłych, którzy je otaczają. Naśladowanie dokonuje się praktycznie bez przerwy. Dziecko wpatrzone jest od pierwszych chwil życia w swoich rodziców i to właśnie oni są jego największymi autorytetami i wzorami do naśladowania.

Dobłą metodą ustalania granic jest stworzenie rodzinnej listy zasad. Taki rodzinny kontrakt można stworzyć z udziałem małego, już nawet dwu- lub trzyletniego, dziecka. W tym wypadku wybieramy maksymalnie cztery najważniejsze zasady, wspólnie je omawiamy, tłumacząc je dziecku, tak by były dla niego zrozumiałe. Następnie na kartce papieru zapisujemy zasady w sposób jasny i krótki, dużymi wyraźnymi literami i je ilustrujemy. Ilustracje pozwalają dziecku, które jeszcze nie czyta, przypomnieć sobie treść zasady. Pod zasadami podpisują się wszyscy członkowie rodziny (dziecko może np. odcisnąć swoją dłoń lub palec), można wykonać kilka kopii i powiesić je w ważnych miejscach w domu. Istotne są dwie kwestie:

- zasady nie powinny być „martwe”, tzn. warto odnosić się do nich i przypominać je sobie nawzajem za każdym razem, gdy ktoś zachował się niezgodnie z nimi lub gdy zapomnieli o jednej z nich

- zasady muszą obowiązywać wszystkich członków rodziny. Jeżeli będą skierowane tylko do dzieci, to będą przez nie traktowane jako coś sztucznego, narzuconego, mogą zamienić się w źródło buntu czy ciągłych konfliktów i dyskusji.

Doświadczenia rodzin, które takie wspólne zasady wprowadziły, pokazują że dzieci potrafią bardzo często i skutecznie przypominać je dorosłym, patrzeć im na ręce i domagać się ich egzekwowania – stają się strażnikami zasad, bowiem są dla nich bardzo ważne, porządkując ich doświadczenie oraz jasno i wyraźnie wskazując dobre postępowanie.