

## Jak określać dziecku granice?

*Rodzice bardziej niż czegokolwiek innego potrzebują zasad życia, które jasno ustalają, co jest dobre, a co złe.*

*R. Coles*

Czasem słyszy się takie stwierdzenie: „To przekracza wszelkie granice”. O co chodzi? O jakie granice? Co zostało przekroczone?

W wychowaniu codziennością są sytuacje, w których rodzice i wychowawcy zmierzają się z pragnieniami czy kaprysami dzieci, ich dobrym bądź uciążliwym czy wręcz nieznosnym zachowaniem.



Oto kilka przykładów:

- Nie będę tego jadł. To jest niedobre.
- Kup mi grę. Aaaaaaaaaaaaaa...!!! (wrzask na cały sklep).
- Pani w szkole jest głupia i wstrętna. Nie pójdę tam więcej.
- Nie zostawiaj mnie w przedszkolu. Nie kochasz mnie.
- Co się pani czepia? Zawsze tylko mnie pani widzi!

Nie jest łatwo odróżnić kaprysy dzieci od ich rzeczywistych potrzeb. Zresztą do jednego i drugiego dzieci mają prawo. Dopiero reakcja dorosłego może przyczynić się do tego, że dziecko samo spostrzeże różnicę i wyciągnie wnioski albo – wprost przeciwnie – utwierdzi się w przekonaniu, że wszystko mu wolno.

Życie dziecka jest jak droga. Jeśli droga jest dobrze oznakowana, to dziecko bezpiecznie osiągnie cel.

**Nie ma wychowania tam, gdzie nie ma oznakowanych szlaków, po których można się bezpiecznie poruszać.**

Zasady zapewniają poczucie bezpieczeństwa. Dzięki nim wiemy, czego się spodziewać. Mogą także pomóc w takim porozumiewaniu się z ludźmi, aby nie ranić siebie nawzajem.

Aby móc dziecku określać granice, trzeba najpierw poznać swoje granice, trzeba otworzyć się na prawdę o sobie.

Nasze granice budują poczucie własności i odpowiedzialności. Kiedy wiem, jakie mam granice, wiem też, za co jestem odpowiedzialny, a za co nie: jestem odpowiedzialny za siebie i w stosunku do innych, ale nie jestem odpowiedzialny za myśli i uczucia innych.

Dziecko dopiero uczy się ustawiania granic, przestrzegania zasad i norm – najpierw od rodziców, potem do innych dorosłych – by móc w odpowiednim momencie swojego życia dokonywać świadomych wyborów w taki sposób, aby nie ranić siebie i innych.

## Jak określać dziecku granice?

### **Krok pierwszy: słowa**

**1. Komunikat powinien dotyczyć zachowania dziecka** – skoncentruj się na zachowaniu, a nie na postawie, uczuciach lub wartościach dziecka:

**NIE**

Zosiu, nie widzisz, że jestem zajęta?

**TAK**

Rozmawiam. Stukanie mi przeszkadza.

**2. Bądź bezpośredni i konkretny** – powiedz jasno i krótko, czego oczekujesz od dziecka, oraz w razie potrzeby, kiedy i jak ma wykonać określone zadanie:

**NIE**

Tylko nie wracaj zbyt późno!

**TAK**

Wróć na kolację o wpół do siódmej.

**3. Dokładnie określaj konsekwencje.**

**NIE**

Tylko nie jedź rowerem po ulicy, bo możesz wpaść pod samochód!

**TAK**

Rowerem możesz jeździć po chodniku lub na podwórku. Inaczej schowam go w garażu.

**4. Mów stanowczo, ale nie podnoś głosu. Nie bądź szorstki.**

### **Krok drugi: czyny**

**Popieraj słowa działaniem** – twoje słowa są na tyle wiarygodne, na ile potwierdzają je stojące za nimi działania! Reaguj natychmiast, kiedy dziecko idzie się bawić, a nie wypełniło swoich obowiązków, np. *Nie ma zabawy,*

dopóki nie wyjdiesz z psem lub Jeśli po sobie nie posprzątasz, nie dostaniesz klocków przez kilka dni.

### Literatura:

1. A. Faber i E. Mazlish, „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”, Poznań 1992;

2. J. Sakowska, „Szkola dla Rodziców i Wychowawców”, Warszawa 2008.

### POWIEDZ TO JEDNYM SŁOWEM



Dzieci nie lubią słuchać wykładów i kazań, długich tłumaczeń. Dla nich im krótsze przypomnienie, tym lepsze.

Serdecznie zapraszamy zainteresowanych rodziców na warsztaty pt: „Szkola dla rodziców” w naszej poradni.