

GRANICE – SZKOŁA DLA RODZICÓW W INTERNECIE

Filmik: Po co i jak wyznaczać dzieciom granice?

<https://youtu.be/2wls-fRaB1M>

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 nieznośnym 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. *Gdy tylko wyjdiesz z psem, będziesz mógł oglądać bajkę.*

ĆWICZENIA

Ćwiczenie 1

Poniżej podano sposoby, które stosują rodzice przy wytyczaniu granic. Każdy z tych sposobów stwarza inne warunki dla rozwoju dziecka oraz przekazuje mu odmienne informacje na temat określonych zasad i reguł. Przeczytaj uważnie opisy kilku sytuacji. Zastanów się i zakreśl te opisy, które są ci najbliższe.

- Jeśli spóźnię się na obiad, mama mi go odgrzeje i poda.
- Jeśli mam po sobie posprzątać to zwlekam i głośno marudzę, a wtedy mama sprząta za mnie.
- Jeśli nie wstanę na czas, rodzice zawsze podwożą mnie do szkoły.
- Jeśli spóźnię się na obiad, nie dostanę go wcale.
- Jeśli nie chcę sprzątać po sobie, mama krzyczy i zabiera mi zabawki.
- Jeśli nie wstanę na czas, w domu jest okropna awantura.
- Jeśli spóźnię się na obiad, muszę sam sobie odgrzać lub zrobić sobie kanapkę.
- Jeśli nie posprzątam po sobie, mama stanowczo mówi mi, jakie będą konsekwencje, gdy tego nie zrobię (i dotrzymuje słowa).
- Jeśli nie wstanę na czas, rodzice nie czekają, aby mnie podwieźć do szkoły.

Ćwiczenie 2

Które z podanych niżej zdań określa granice w jasny sposób:

- Czy nie powinienes już iść do łóżka?
- Chcę, abyś oddawał resztę zaraz po powrocie ze sklepu.
- Niestety, dzisiaj masz szlaban na komputer!
- Sto razy mówiłam, żebyś tego nie ruszał!
- Kiedy zamierzasz posprzątać swój pokój?
- Mleko służy do picia, a nie do zabawy!
- Jeśli chcesz jeździć na rowerze, załóż kask! Inaczej nie ma jazdy!
- Weźmiesz się wreszcie za lekcje, czy nie!
- Następnym razem oddasz resztę, prawda?
- Możesz wyjść na dwór, jeśli najpierw wywiążesz się z dyżuru przy zmywaniu!
- Nie pozwalam na niszczenie ściany! Do malowania służą kartki!
- Chcesz wstać już teraz, czy za 5 minut?

Ćwiczenie 3

Zastanów się i odpowiedz:

- Kiedy trudno jest ci stawiać dzieciom jasne granice?
- Co robisz, gdy dzieci testują twoje zasady?
- Jak myślisz, jakiego rodzaju komunikat dzieci otrzymują na temat twoich zasad, jednoznaczny czy sprzeczny?
- Czy wysyłany przez ciebie komunikat pomaga dzieciom uczyć się określonych zachowań i postaw?

DLA SZYBKIEGO PRZYPOMNIENIA...



Jak określać dziecku granice

Dzieci potrzebują jasno wytyczonych granic, żeby nauczyć się wybierać między dobrem a złem.

1. Mów o zachowaniu dziecka, a nie o jego postawie, uczuciach lub wartościach:
„Rozmawiam. Stukanie mi przeszkadza”.
2. Bądź bezpośredni i konkretny:
„Wróć na kolację o wpół do siódmej”.
3. Dokładnie określaj konsekwencje:
„Rowerem możesz jeździć po chodniku lub na podwórku. Inaczej schowam go w garażu”.
4. Popieraj słowa działaniem:
„Nie ma zabawy, dopóki nie wyjdiesz z psem”.
5. Mów stanowczo, ale nie podnoś głosu. Nie bądź szorstki.