Jak mądrze wychowywać dziecko...

Wychowanie dziecka jest jednym z najtrudniejszych zadań w życiu człowieka. Najbardziej podstawowym aspektem wychowania jest wyraźne stawianie granic. Należy pamiętać, że rozwój dziecka to bardzo dynamiczny proces. Dziecko ciągle sprawdza rodziców (oraz osoby z najbliższego otoczenia) i wciąga niczym gąbka zewnętrzne wzorce. Jest bacznym obserwatorem, wie, jakie metody/zachowania będą działały na jego korzyść, co pomoże osiągnąć mu spodziewany rezultat.

Metody wychowawcze stosowane przez rodziców zawsze powinny być dostosowane do wieku i etapu rozwojowego dziecka. Dziecku trzeba stawiać granice. Maluch musi wiedzieć, co mu wolno, a czego nie, co jest dobre, a co nie do zaakceptowania. Należy przy tym być konsekwentnym, by osiągnąć oczekiwane efekty (na przykład nauczyć dziecko, jakie zachowania są niebezpieczne), ale równocześnie postępować z wyczuciem, stosownie do jego umiejętności i etapu jego rozwoju. W przeciwnym wypadku może się okazać, że stłamsimy w dziecku naturalną chęć uczenia się, potrzebę poznawania świata, ograniczymy potrzebę rozwoju. Należy zaznaczyć, że nie można mówić o rozwoju bez poczucia dyskomfortu, bez stawiana czoła nowym wyzwaniom.

Rodzicu, dawaj swojemu dziecku poczucie bezpieczeństwa

W ramionach mamy i taty dziecko czuje się bezpiecznie i kochane. Rodzic powinien zadbać o to, by dziecko wiedziało, że jest kochane nawet, gdy jest niegrzeczne. Pod żadnym pozorem nie wolno mówić dziecku, że przestaniemy je kochać, że zostawimy je czy oddamy komuś, bo narozrabiało. Pamiętać należy, że poczucie bezpieczeństwa dają dziecku również jasno określone przez rodziców zasady i reguły oraz ich konsekwentne przestrzeganie.

Poświęcaj czas dziecku

Wspólne zabawy, czytanie książeczek, opowiadanie bajek, spacery, podróżowanie a nawet wykonywanie obowiązków domowych to czas nie do zastąpienia. Nie zasypujmy malucha zabawkami, dla dziecka najważniejsza jest obecność rodziców i ich zaangażowanie. Wspólna zabawa z wykorzystaniem posiadanych już przedmiotów, zabawek może dodatkowo rozwijać kreatywność dziecka (np. nie trzeba kupować domku dla lalek, można wykorzystać kartony, stare firanki i wspólnie z dzieckiem go zbudować).

Dziecko powinno znać swoje granice.

Wyróżniamy różne rodzaje granic:

- wewnętrzne, chroniące nasze myśli i uczucia;
- zewnętrzne, decydujące o dystansie jaki utrzymujemy wobec innych;
- fizyczne, związane z nasza cielesnością;
- emocjonalne, wpływające na sposób określania własnych uczuć;
- intelektualne;
- duchowe, wpływające na to w co wierzymy.

Mały Kubuś raczkuje sobie po pokoju, wszystko chciałby obejrzeć, bo wszystko go ciekawi – a tu blokada, tam ochraniacz, zaślepka, a na końcu bramka. Maluch musi mieć stawiane granice. Nie chodzi w tym jednak o to, żeby rodzice mogli być spokojni. Granice są dobre, ale nie stawiane w nadmiarze. Starajmy się nie zamykać dziecka w więzieniu, bo będzie nieszczęśliwe, a i tak może zrobić sobie krzywdę (w tym przypadku mówimy o granicach zewnętrznych oraz fizycznych). Nie obijajmy całego domu poduszkami, bo nie wszędzie na świecie będzie tak miękko, a lądowanie może być naprawdę twarde. Rodzic ma chronić dziecko przed dużymi upadkami, a pozwolić na mniejsze, bowiem są to konieczne elementy rozwoju.
Warto dziecku pokazywać granice. Zgodnie z perspektywą Porozumienia Bez Przemocy: chcąc wprowadzić w swoim domu zasadę *„Nie wolno skakać po łóżku”,* jako rodzic należy zadać sobie pytania: czyja to zasada? O co mi chodzi, kiedy to mówię? Czy to brzmi wiarygodnie dla moich maluchów?
Dlatego lepiej powiedzieć: *„Nie chcę, żebyście skakały po łóżku, bo stoi tuż przy kaloryferze i boję się, że zrobicie sobie krzywdę. Jeśli chcecie nadal skakać, poszukajmy bezpieczniejszego miejsca”.*

Widać różnicę?

- Po pierwsze – granica przestaje być nakazem/zakazem z nieodłącznym elementem kary i przymusu – a więc znika strach i relacja władzy rodzica.

- Po drugie – posługiwanie się językiem osobistym sprawia, że normy, które rodzice pokazują, stają się bliższe dziecku. Słyszy ono wtedy: *„Aha, mamie na tym zależy, to jest dla niej ważne”.*
- Po trzecie – rodzic jest wtedy bardziej autentyczny – przecież nie chodzi mu o sam zakaz skakania, ale o bezpieczeństwo, spokój, itp.
- Po czwarte – nie narusza się granic integralności dziecka, unika się zdania: *„ile razy mam wam jeszcze powtarzać”,* sugerując, że dzieci są niegrzeczne, skoro tyle razy należy powtarzać tę samą prośbę.

Pokazywaniu granic służy zatem język jak najbardziej osobisty. Patrząc z tej perspektywy granice będą tym, co lubię, a czego nie; tym, czego chcę (oczekuję) i czego nie chcę; tym, co mi się podoba lub nie, tym, na co się zgadzam lub tym, czego nie akceptuję (przyjmuję).

Ucz dziecko samodzielności

Na naukę nowych umiejętności dziecko zwykle potrzebuje dużo czasu, a rodzice wiele cierpliwości. Dziecko jest bardzo ciekawe świata, warto więc dawać mu swobodę na poznawanie. Pozwólmy dziecku jak najwcześniej podejmować własne decyzje, dawajmy możliwość wyboru. Należy włączać dzieci do wykonywania codziennych obowiązków (np. zakupy w sklepie). Sami rodzice są najlepszymi wzorami dla maluchów. Własnym zachowaniem należy więc pokazywać pożądane przez rodziców umiejętności (np. samodzielnego jedzenia). Kolejnym krokiem w nauce samodzielności jest asystowanie dziecku podczas wykonywania owych zadań. Jeśli widzimy, że dziecko sobie radzi, stopniowo należy dawać mu coraz większa swobodę. Na koniec okaże sie, że dziecko jest w stanie zrobić daną rzecz samodzielnie. Należy pamiętać, że im więcej czasu i energii poświęcimy w procesie nauczania, tym lepsze efekty maluch osiągnie.

Pokazuj dziecku jego wartość

Jeśli od małego dziecko widzi, że rodzice w nie wierzą, akceptują je takim, jakie jest, to w przyszłości stanie się osobą z poczuciem własnej wartości, posiadającą własne zdanie i otwartą na wszystko, co przyniesie mu życie. Trzeba poświęcać dziecku swoją uwagę, słuchać, co ma do powiedzenia. Chwalmy za wysiłek, które dziecko włożyło w dane zadanie, niekoniecznie za same efekty. Zachęcajmy do podejmowania kolejnych prób (jeśli coś się nie udało), ale nie wyręczając dziecka.

Opracowała:

Anna Michalska- psycholog

Bibliografia:

Dziewierz, E. (2011) "Mądre wychowanie dziecka: jak zadbać o jego rozwój i samodzielność"

dostęp: https://www.mjakmama24.pl/dziecko/wychowanie/madre-wychowanie-dziecka-jak-zadbac-o-jego-rozwoj-i-samodzielnosc-aa-cxgg-EcAj-mRUP.html

Gordon T. (1991), “Wychowanie bez porażek”,

MacKenzie J.R. (2008) “Kiedy pozwolić? Kiedy zabronić?”,