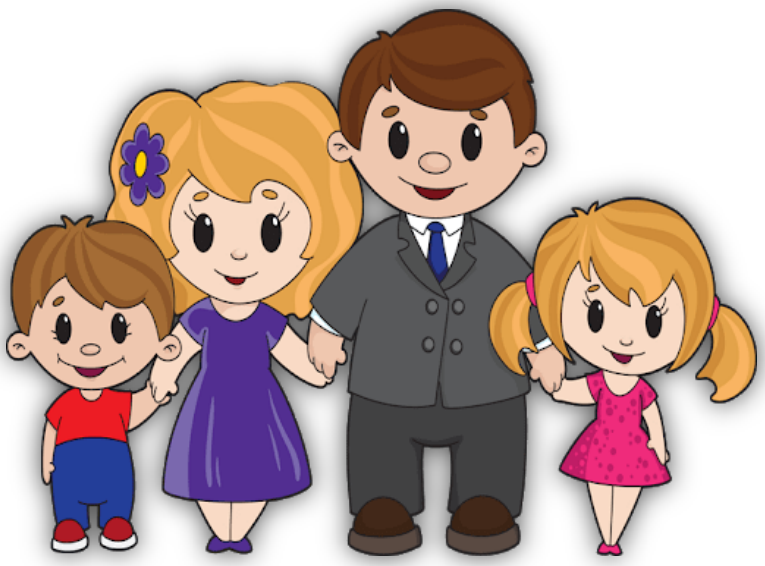
BIULETYN DLA RODZICÓW
Nr 39 Czerwiec 2021

„Niezapominajka”

Trzymiesięcznik dla rodziców dzieci
z Przedszkola Samorządowego nr 42 „Niezapominajka”
w Białymstoku

Rady nie od parady

Wyznaczanie granic dziecku – jak robić to umiejętnie? Dziecko jest jak woda, która popłynie wszędzie tam, gdzie nie ma tamy.



Wyobraźmy sobie trzylatka, który decyduje o tym, kiedy chce iść spać, co chce jeść, o jakiej porze i w jakim miejscu. Co można powiedzieć o rodzinie, w której dziecko w ten sposób funkcjonuje? Czy oby wszystko jest w porządku? Dziecko w tym wieku jest jeszcze małe, ale z całą pewnością już teraz, to co robi, może rzutować na to, jak będzie czuło się i zachowywało w następnych latach. Przykładem może być 10 – latek, który całe swoje życie wychowywany był w tzw. bezstresowy sposób, nie mając wyznaczonych granic. Obecnie jego działanie po powrocie ze szkoły sprowadza się do grania w gry komputerowe. Jako że nie postawiono w domu granicy, ile może grać, robił to tak długo, ile mu odpowiadało. Teraz, kiedy doszła do niego refleksja, że może mógłby robić też inne rzeczy, nie bardzo wie w jaki sposób się do tego zabrać, nie nauczył się, jak organizować swój czas.

Granice w wychowaniu

Wielu rodziców hołduje zasadzie „Szanuje swoje dziecko, więc daje mu prawo wyboru". Okazywanie szacunku to cenna umiejętność rodzicielska lecz nie jest ona tożsama z dawaniem prawa dziecku do decydowania o sobie w każdej sprawie. Pamiętajmy o tym, iż dzieci nie są naszym równorzędnym partnerem w wielu sprawach, a właściwie tylko w jednej dziedzinie tak jest, a mianowicie w kwestii okazywania uczuć. Tu każdy jest jednakowo ważny i przeżywa te same uczucia, które nie są zależne od doświadczenia. Natomiast w kwestiach życiowych, decydowania o tym co dobre, a co złe, dziecko powinno polegać na osobie dorosłej, która, przede wszystkim dzięki swojemu doświadczeniu, przewiduje możliwe konsekwencje danego działania. Przykładowo, dziecko buntuje się przed założeniem czapki, mimo iż na zewnątrz panuje mróz. Oczywistym jest, że każdy sensownie myślący rodzic nie dyskutuje w tej sprawie, tylko wie, że czapka musi zostać założona. Natomiast zawsze może dać dziecku możliwość wyboru, pomiędzy jedną a drugą czapką, tak aby dziecko poczuło się usatysfakcjonowane, iż samo mogło o czymś zadecydować. Granice ma każdy z nas. Tak jak granice państwa służą do tego, aby wiedzieć, gdzie się ono znajduje, tak samo nasze granice są po to, byśmy wiedzieli, gdzie kończy się jeden a zaczyna drugi człowiek.

Dlaczego granice są takie ważne?

1. Dają poczucie bezpieczeństwa i stabilności. Dzieci potrzebują uporządkowanego świata. Chcą znać reguły, które nim rządzą – wiedzieć czego się od nich oczekuje, jaki charakter mają ich relacje z innymi ludźmi, na co mogą sobie pozwolić i co je czeka, gdy posuną się za daleko. Testują rodziców, aby wzbudzić jakąś reakcję. Często testowanie to przybiera postać zachowań uciążliwych, niejednokrotnie wręcz proszących się o karę. Jest to swego rodzaju wołanie dziecka o granice, objawiające się tego typu zachowaniami. Dla niedojrzałej osobowości dziecka, dostęp do nieograniczonej władzy i przywilejów staje się jednak zbyt obciążającym balastem.
2. Granice pomagają odkrywać świat. Dzieci z natury są badaczami świata. Od niemowlęctwa obserwują i naśladują to co zaobserwowały. Rodzice mogą ułatwić dzieciom ten proces poprzez rzetelne odpowiedzi na nurtujące pytania: Co jest w porządku, co nie jest i dlaczego? Jak daleko mogę się posunąć? Co się stanie, jeśli przekroczę wyznaczoną granicę? Czy wiąże się to z konkretnymi konsekwencjami?
3. Granice określają obszar akceptowanych zachowań. Wyraźnie ustalone, stabilne granice wytaczają dzieciom ścieżkę postępowania zgodnego z normami i zasadami, zarówno w rodzinie, jak i szerszych kręgach społecznych.

4. Granice określają związki z ludźmi. Kiedy dzieciom oddaje się zbyt dużo władzy i kontroli, często zaczynają one przeceniać swoje wpływy i autorytet. Ich granice rozmywają się, a one same nieustannie sprawdzają sytuację, co naraża je na konflikty i próby sił.

5. Granice wspomagają osobisty wzrost. Wraz z rozwojem dziecka granice muszą się rozszerzać. Postawione granice mogą nam pokazać, z czym dzieci nie są w stanie sobie jeszcze poradzić, a w czym już dojrzały, czy dorosły do zmian zasad, np. późniejsze chodzenie spać.

Jak określać dziecku granice?

Przed wprowadzeniem zasad warto zastanowić się i odpowiedzieć sobie na kilka pytań:

- Co jest dla mnie ważne? Dlaczego akurat to?
- Dlaczego daję dziecku takie polecenie? Dlaczego obowiązuje właśnie ta zasada?
- Czy uważam, że to polecenie (ta zasada) jest rzeczywiście sensowne i konieczne?
- Jak ważne jest dla mnie, aby dzieci wypełniały to polecenie (przestrzegały tej zasady)?
- Co się stanie, jeżeli dzieci zignorują to polecenie (tę zasadę)?Jeżeli jesteśmy pewni, co dla naszych dzieci jest dobre, wyznaczanie granic nie jest problemem.

Typy granic:

1. Zbyt restrykcyjne granice i nadmierna kontrola, zbyt mocno ograniczają, ściskają, są zbyt wąskie, by zapewnić dziecku swobodę niezbędną do prawidłowego rozwoju. Nie pozwalają na doświadczanie, branie pełnej odpowiedzialności, gdyż nie ma ku temu okazji. Młody człowiek wówczas odrzuca je, buntuje przeciw rodzicom.
2. Gdy granice są zbyt szerokie i nie dość stanowczo określone, dzieci ignorują je i zapuszczają się na zakazane tereny. Ponieważ nie ponoszą konsekwencji swoich niewłaściwych wyborów i zachowań, nie uczą się odpowiedzialności.
3. Gdy granice są zmienne, niestabilne dzieci nadal chcą je testować, choć wymaga to większej ilości prób z ich strony. Łatwo się nie poddają, przecież muszą sprawdzić, co będzie tolerowane. Granice tego typu, zależne od humoru rodzica, powodują dezorientację dziecka i mogą rodzić bunt z jego strony.
4. Granice zrównoważone - kształtują poczucie wolności oparte na odpowiedzialności. Pozwalają dziecku na dokonywanie ograniczonego wyboru, na ponoszenie

konsekwencji. Takie granice uczą współpracy, kształtują poczucie sprawstwa. Należy pamiętać, że wytyczanie granic jest procesem dynamicznym. Z każdym dniem dzieci rosną, zmieniają się i wraz z rozwojem dojrzewają do coraz większej wolności i odpowiedzialności za siebie i innych. Wszystkie dzieci potrzebują pewnej dozy swobody, siły i kontroli nad własnym życiem, aby wykształcić i rozwijać swoje umiejętności i aby w przyszłości być odpowiedzialnym, dobrze dostosowanymi do życia w społeczeństwie ludźmi.

Fragment artykułu psycholog Marty Cygan

Źródło: www.zdrowyprzedszkolak.pl

M@mo,Tato, pob@w się ze mną

Przepis na domową piankolinę

Składniki:

1 pianka do golenia

1 kg mąki ziemniaczanej

łyżeczka płynu do mycia naczyń

barwniki spożywcze (opcjonalnie)

Sposób przygotowania:

Wszystkie składniki należy wymieszać w misce, aż do uzyskania jednolitej, plastycznej, miękkiej i lekkiej masy. Chcąc uzyskać kolorową masę, na koniec można dodać barwniki spożywcze.

Fantastycznej zabawy!

Masę można przechowywać w lodówce w zamkniętym pojemniku przez około tydzień.

Wszystkim wychowankom i rodzicom

życzymy wspaniałych, pogodnych i bezpiecznych wakacji.

Niech ten letni czas będzie pełen niezapomnianych wrażeń i chwil.

Dyrekcja oraz personel przedszkola

Z optymistycznym pozdrowieniem,
Dorota Kulikowska