



Postavljanje granica djetetu



Odrasli su tijekom povijesti imali problema s time da djecu nauče poštivati granice koje se odnose na ponašanje i osobno izražavanje, a ni danas tu nema iznimka. U „dobrim starim vremenima“ granice su bile sinonim za interna obiteljska pravila koje su određivali roditelji i očekivalo se od djece da ih slijede. Pravila su se često podudarala sa granicama i očekivanjima šire društvene zajednice i zato ih je bilo lako nametati. Isto nam se događa i danas u evoluciji novih tehnologija.

Postavljanje granica djetetu je izazovna, ali neizmjerljivo važna komponenta odgoja koja oblikuje budućnost svakog pojedinca. U današnjem svijetu, gdje su promjene konstantne i mnoge vrijednosti podložne reinterpetaciji, postavljanje jasnih i odgovarajućih granica postaje ključno za oblikovanje odgovornih, samosvjesnih i empatičnih pojedinaca. Djetinjstvo je vrijeme istraživanja, učenja i oblikovanja karaktera, a postavljanje jasnih granica pomaže djetetu razumjeti svijet oko sebe i naučiti vrijedne lekcije o odgovornosti, empatiji i samokontroli.

Zašto je važno postaviti granice djetetu?

Postavljanjem granica i pravila dijete uči prepoznati vlastite porive i što ih izaziva, prepoznati posljedice ponašanja, samokontrolu, imenovati emocije i razumjeti njihove uzroke, zatim prepoznati i izraziti vlastite emocije na prihvatljiv način te o pravednosti i obzirnosti, kao i empatiju i spremnost na pomoć drugima. Tu je važno voditi računa o osobnosti djeteta i roditelja te da se ne povrijedi ničiji integritet i samopoštovanje.

Nepoželjna ponašanja mogu se spriječiti postavljanjem granica, poput građenja temelja od ljubavi, povjerenja i poštovanja, ohrabivanjem djeteta, slušanjem i zajedničkim raspravljanjima o emotivnim situacijama, određivanjem jasnih i jednostavnih pravila, osmišljavanjem fleksibilnih dnevnih rutina aktivnosti, pronalaženjem vremena za nježnost svaki dan, omogućavanjem djetetu da donosi neke odluke, davanjem obaveza i odgovornosti djetetu.

Kako provoditi postavljene granice?

Dosljednost! Važno je da se pridržavate postavljenih granica i budete dosljedni u njihovoj primjeni kako bi dijete znalo što može očekivati.

Razgovor s djetetom! Objasnite zašto su granice važne i kako će mu pomoći da se osjeća sigurno i razvije odgovorno ponašanje.

Postavljanje realnih granica! Postavite granice koje su primjerene djetetovoj dobi i razumijevanju. Ne očekujte od djeteta da se ponaša kao odrasla osoba.

Slušanje djeteta! Važno je čuti i razumjeti djetetove potrebe i osjećaje. Ponekad granice trebaju biti prilagođene ako postoje opravdani razlozi.

Nagrada za dobro ponašanje! Pohvalite i nagradite dijete kad se pridržava granica i ponaša se odgovorno.

Strpljivost! Djeca uče kroz iskustvo, pa će povremeno testirati granice. Budite strpljivi i koristite takve situacije za učenje.

Postavljanje primjera! Djeca često uče ponašanje promatrajući roditelje. Stoga budite primjer odgovornog ponašanja.

Razgovor o posljedicama! Objasnite djetetu kakve posljedice može imati nepoštivanje granica. To mu pomaže razumjeti važnost pridržavanja pravila.

Što ne činiti?

Ne vičite! Ostanite smireni. Vikanje potiče vikanje. *Neka posljedice viču umjesto vas.*

Ne prijetite! Praznu prijetnju dijete doživljava kao prekršeno obećanje.

Ne pregovarajte! Recite i zahtijevajte: kratko, jasno i precizno. Ako vas ne poslušava odmah, reagirajte posljedicom.

Ne pojašnjavajte! U emotivno nabijenim situacijama dijete nije spremno slušati. Imenujte nepoželjno ponašanje, recite koje ponašanje očekujete i koja je posljedica.
npr. *Udarilo si sestru, drugi put pitaj da se pomakne, sada ćeš ostati tu sa mnom.*

Ne popuštajte pred pregovaranjem, pritiscima i cmizdrenjem! Ignorirajte ova ponašanja. Popustite li, dijete uči nepoželjnim ponašanjem dobiti ono što želi.

Ne udarajte dijete! Djetetu predškolske dobi roditelji su najvažniji model ponašanja. Vidi li roditelja kako agresivno rješava problem i samo dijete uči agresivno reagirati.

Primjeri:

✓ *Kada si u parku i diraš tobogan i ljuljačke, na tvojim rukama bude puno malih bakterija zbog kojih se možeš razboljeti. Zato kad dođemo doma idemo oprati ruke, a onda se možemo nastaviti igrati s igračkama.*

✗ *Kad dođemo doma, moraš oprati ruke, inače nema igranja.*

✓ *Dogovorili smo se da ćeš sam/a pospremiti svoju sobu kako bi uvijek znao/la gdje su ti stvari. Želiš li pospremiti sobu prije ili poslije ručka?*

✗ *Idem do dućana, da si pospremio sobu prije nego što se vratim!*

✓ *Mama je sada tužna jer je imala težak dan na poslu, htjela bih pogledati epizodu serije da se malo razveselim, a čim završim ću doći kod tebe u sobu i možemo se igrati.*

✗ *Pusti me na miru, smetaš mi, vidiš da sam loše volje!*

U odgojno-obrazovnoj skupini postavljanje granica često se odnosi na održavanje sigurnog i poticajnog okruženja u kojem se poštuje dječja osobnost, potreba za istraživanjem i kreativnošću, a da pri tome ostvarujemo kvalitetnu i podržavajuću međusobnu interakciju koja prethodi razvijenim socijalnim i građanskim kompetencijama.



Djeca tijekom simboličke igre konstruiraju visoki toranj, međutim nailaze na problem da je viši od njih i da ne mogu više svi sudjelovati u konstruiranju. Kako bi riješili problem (i potencijalno opasnu situaciju da se kocke ne sruše na nekog i ozlijede ga) grade više manjih tornjića i nastavljaju zajedničku simboličku igru.



Penjanje na stolac u situaciji kada dijete želi ispuniti svoju potrebu za kvalitetnijom provedbom aktivnosti. To se uvažava kao zadovoljavanje djetetovih potreba i interesa bez obzira što potencijalno predstavlja opasnu situaciju. Tu se stvara međusobno povjerenje i uvažavanje u odnosu dijete – odgojitelj.

U psihologiji je utvrđeno da su jedino odrasli u djetetovu okruženju odgovorni za uspostavljanje kvalitete atmosfere. Tu odgovornost ne mogu prebaciti na dijete niti je dijeliti s njima. Djeca tu odgovornost jednostavno ne mogu preuzeti potrebno im je da odrasli preuzmu vodstvo. U situacijama kada djeca i odrasli moraju funkcionirati zajedno djeci više koristi da odrasli ozbiljno shvate dječje želje i potrebe. Kada se prema djeci odnosimo s brižljivošću i poštovanjem prema njihovim osobnim granicama, onda ona doista slušaju što im govorimo i u pravilu se toga drže. Možda ne baš uvijek i možda ne baš oduševljeno ali u osnovi to čine.

Članak pripremile odgojiteljice mješovite vrtićke odgojno – obrazovne skupine „Zvončići“, Rea Minković i Ana Jumić.

Literatura

- Odgoj bez tjelesnog kažnjavanja, Hrabri telefon
- Podcast 2: Postavljanje granica – što kada dijete ne poslušaju? Hrvatini Šimičić, T. 2022.
- Kako s ljubavlju reći NE, Jasni roditelji – snažna djeca, Juul, J. Split, Harfa 2021.
- Vaše kompetentno dijete, Prema novim temeljnim vrijednostima obitelji, Juul, J. Zagreb, Pelago 2006.