

Gdy dorastające dziecko nie słucha rodziców

Załącznik do scenariusza *Moje dziecko mnie nie słucha – o budowaniu wzajemnego zaufania*

Rodzice dzieci starszych klas szkoły podstawowej często narzekają, że dzieci ich nie słuchają.

Lista zachowań, które przeszkadzają rodzicom, jest długa. Oto kilka przykładów. Dziecko:

- nie słucha, gdy do niego mówię / nie dociera do niego, co mówię;
- nie pamięta, że ma coś zrobić / muszę w nieskończoność czekać, aż to zrobi;
- nie stosuje się do moich poleceń / zakazów;
- wychodzi z domu, nie mówiąc, dokąd idzie;
- nie wraca do domu o umówionej godzinie;
- nie chce się uczyć;
- jest kłótlive, podważa autorytet rodziców/dorosłych;
- przeklina, obraża innych.

Skąd biorą się nieporozumienia

Dorastanie to czas ogromnych zmian. Dziecko przemienia się w nastolatka: inaczej wygląda, mówi, myśli i odczuwa. Zaczyna odsuwać się od dorosłych, coraz więcej czasu spędza poza domem, gdzie tworzy własny świat. Dla rodziców moment usamodzielniania się dziecka może być trudny. Nawet jeśli wiedzą, że to naturalny proces, nie zawsze pozwalają dziecku iść własną drogą. Chcieliby zatrzymać czas i jak najdłużej się nim nacieszyć (albo mieć nad nim kontrolę). Nie zawsze też potrafią wytyczyć granicę między rozsądnym rodzicielstwem a kurczowym trzymaniem dziecka przy sobie. Nie wiedzą, kiedy należy zacząć je traktować jak nastolatka, kiedy i w jakim stopniu pozwolić mu na uniezależnienie się.

Dziecko z kolei nie zawsze rozumie, czego rodzice od niego oczekują i dlaczego je ograniczają. Ciągłe czegoś zakazują, chcą wszystko wiedzieć, wtrącają się. Obie strony mają wrażenie, że mówią różnymi językami. Pojawiają się różnice zdań, spięcia, nieporozumienia. Wszelkie odstępstwa od normy czy oczekiwań rodziców często klasyfikowane są przez nich jako nieposłuszeństwo.



Kiedy analizujemy zachowania „nieposłusznego” dziecka, okazuje się, że w rzeczywistości:

- potrzebuje ono więcej przestrzeni osobistej i prywatności;
- manifestuje własną odrębność;
- chce i potrzebuje więcej samodzielności i odpowiedzialności;
- nie rozumie, czego od niego oczekujemy (nasze polecenia są zbyt ogólne lub mówimy o kilku rzeczach na raz);
- jest nadwrażliwe na słowa i emocje dorosłych (np. złość).

Zawieranie umów

Rodzice są odpowiedzialni za swoje dziecko i mają prawo wiedzieć, co się z nim dzieje, np. jak sobie radzi w szkole lub o której godzinie wróci do domu. Mają prawo wymagać, aby przestrzegało zasad obowiązujących w rodzinie. Innymi słowy, mają prawo wymagać od niego posłuszeństwa. Ale inaczej niż dotychczas, adekwatnie do jego wieku i poziomu rozwoju. Traktowanie nastolatka jak małego dziecka prowadzi do zablokowania komunikacji i buntu dziecka.

Najszybszym sposobem na osiągnięcie porozumienia jest zrewidowanie dotychczasowego sposobu wychowania (wymagań, zasad, komunikacji) i dostosowanie go do wieku dziecka. Warto zacząć od rozmowy o oczekiwaniach stron w obszarach, w których rodzice są odpowiedzialni za dziecko (np. jego zdrowie, bezpieczeństwo, edukacja) i tych, w których może ono przejąć odpowiedzialność za siebie (np. styl ubierania się, sposób spędzania wolnego czasu). Kolejnym krokiem jest zawarcie umowy, czyli dokładne określenie zasad, praw i obowiązków dziecka oraz sposobu komunikacji. Oczywiście nie chodzi o formalną pisemną umowę. Najczęściej wystarczy ustne dogadanie się, można też ewentualnie sporządzić krótką listę (najważniejszych) zasad, np. „Powrót do domu: dni powszednie przed 21, soboty przed 22, niedziele przed 21.30.”

Sprawdzaj regularnie, czy umowy spełniają swoje zadanie. Jeśli nie, być może trzeba je zmienić, aby lepiej pasowały do stopnia rozwoju i dojrzałości dziecka. Bądź elastyczny.

Jak sprawić, by dzieci nas słuchały

Dla dorastającego dziecka ważne są: wiarygodność i spójność wychowawcza rodziców, bo to daje mu poczucie bezpieczeństwa, ale również tolerancja i poszanowanie jego odmienności.

Jak rozmawiać z dorastającym dzieckiem – złote zasady

1. Rozmawiaj z dzieckiem regularnie, najlepiej codziennie, o różnych rzeczach.
2. Zamiast wypytywać czy przestuchiwać („Gdzie byłeś?”, „Co robiłeś?”), opowiedz krótko o swoim dniu.
3. Daj dziecku czas na „otworzenie się” – nienagabywane najczęściej samo zaczyna opowiadać.
4. Więcej słuchaj, mniej mów.
5. Unikaj przerywania, komentowania, oceniania.
6. Postaw się w jego sytuacji – jakbyś się czuł i co byś myślał, będąc nim?
7. Zawsze zakładaj, że dziecko ma dobre intencje.
8. Pytaj, w czym możesz mu pomóc. Jeśli w niczym – pogódź się z tym, że poszuka rady czy pomocy gdzie indziej.
9. Skupiaj się na tym, co pozytywne.
10. Nie wytykaj dziecku błędów i nie złość się, gdy narusza wcześniej ustalone zasady. Raczej przypomnij mu o umowie i konsekwentnie ją realizuj.