

## Usmjeravanje djetetovog ponašanja

Kako voditi i usmjeriti dijete roditeljima često nije lako.

Roditelji očekuju da se dijete u nekim situacijama strpi, čeka na red, prepusti prednost drugome, da radi i ono što mu se čini teško ili ono što mu nije previše zabavno, da nauči kako se nešto radi (korak po korak), da završi ono što je započelo...

Da bi to moglo, dijete mora upravljati svojim ponašanjem, vladati sobom. Malo dijete to još ne može (nema samokontrolu). Iako se čini da „testira“ roditeljeve granice i strpljenje, malo dijete zapravo samo nastoji dobiti što želi. Potrebna mu je pomoć i razumijevanje roditelja, koji jasno izriče očekivanja, postavlja granice i pravila.

**Djetetu nekada treba roditeljeva pomoć, podrška, vođenje, usmjeravanje u onome što radi** zato što nešto ne zna i nema iskustva, ili ne razumije situaciju, u opasnosti je ili prekoračuje granicu dozvoljenog koju je roditelj postavio.

**Cilj je da jednog dana dijete samo vlada sobom, odnosno da razvije samokontrolu.**

Tome pomažu upute koje roditelj govori djetetu (npr. *zavrni rukave, odvrni slavinu, trljaj ruke, isperi* itd.). Dijete prvo glasno oponaša i slijedi te upute, zatim ih govori tiho, pa šapće i na kraju govor potpuno nestaje – dijete više ne ponavlja roditeljske riječi (one postaju njegove vlastite misli), što se događa **nakon trećeg rođendana**. Dijete tada počinje upravljati svojim ponašanjem putem vlastitog **unutarnjeg govora**.

Djeca trebaju pomoć u vježbanju samokontrole i sposobnosti planiranja.

**TIPIČNE SITUACIJE** u kojima djetetu pomažemo da uči vladati sâmo sobom jesu:

- kada dijete treba podršku i/ili vođenje kako se nešto radi, kad se treba usredotočiti, fokusirati na „izvršavanje zadatka“ (npr. sagraditi toranj od kocaka, složiti puzzle, izraditi papirnati avion, oprati ruke, postaviti stol)
- kada dijete uči što je poželjno, a što nije – kućna pravila, dijeljenje s drugima, društveno prihvatljivo ponašanje, poštovanje prava drugih (npr. dira štednjak, hoda po kući u prljavim cipelama, ne želi dati ruku roditelju na ulici, treba podijeliti čokoladu, treba nekog utješiti, otima tuđu igračku, trga cvijeće, udara mačku).

**Nije usmjeravanje** kada roditelj:

- ignorira dijete ili ga pušta da radi što god hoće bez podrške i granica (zanemaruje ga, ne kaže mu što od njega očekuje, ne postavlja pravila poželjnog i nepoželjnog ponašanja)
- zapovijeda djetetu na grub način, ne mari za njegove želje i potrebe ili ističe samo ono što dijete ne može. Riječ je o pretjeranom kontroliranju djetetova ponašanja, uz prisilu i neuvažavanje djeteta.



## Kako roditelj usmjerava i vodi dijete?

### a) podržava djetetove aktivnosti i inicijative; vodi ga korak po korak prema cilju

- Primjerice, dijete želi sagraditi toranj od mnogo kocaka, koji se neće srušiti. Odrasli ne radi umjesto djeteta, nego ga usmjerava: daje ideje, postavlja pitanja (*Što ćeš sada: koju ćeš kocku sada staviti?*), predlaže da pokuša ponovno, da uzme možda drugu kocku i sl. Ne požuruje, daje djetetu vremena... Daje djetetu povratnu informaciju kada je dijete zadovoljno svojim uspjehom (*Uspio si složiti visok toranj*). Važno je da je dijete samostalno radi (njegov cilj, njegov trud, njegov uspjeh) i da povećava svoje sposobnosti i osjećaj uspješnosti (toranj je sve viši).
- Ako dijete uči od druge djece, roditelj to prati i ne upliće se.
- Kad roditelj procijeni da dijete nešto može, ali je nesigurno, potiče ga da se još malo potruži da bi obavilo zadatak. Taj put će dijete možda i odustati, ali će ipak nešto od uputa i zahtjeva zapamtiti i primijeniti u nekoj sljedećoj sličnoj situaciji.
- Važno je realno **uskладiti svoja očekivanja s djetetovim mogućnostima** i postavljati mu dobre izazove i podršku (*Mislim da ti to možeš, pokušaj još jednom...*). Ako dijete taj put ne uspije, treba mu dati do znanja da ima vremena i za nove pokušaje, kako se ne bi osjećalo krivim i obeshrabrenim (*U redu, sad znamo da treba pričekati da još malo narasteš pa onda pokušati ponovno*).
- Kad ne uspije izvesti svoj naum (npr. nacrtati auto, toranj se sruši i sl.), dijete bude ljuto i frustrirano. Tada ga ne treba „spašavati“ od frustracije i ljutnje niti sagraditi toranj umjesto njega, već treba imenovati što se dogodilo, suosjećati i ostaviti djetetu da odluči što će napraviti. Treba poticati strpljenje jer tako se vježba tolerancija na frustraciju (*O, tvoj toranj se srušio, a bio je već tako visok. Što ćeš sada?*)

#### VAŽNO!

- ne nametati djetetu svoja rješenja nego ga usmjeravati prijedlozima i podrškom
- povući se kada vidimo da je dijete ovladalo potrebnim vještinama i ponašanjima

### b) izriče očekivanja na pozitivan način, s jasnim granicama za ono što djetetu dopušta, a što ne

- umjesto vikanja i zabrana, daje objašnjenja i razloge zašto nešto nije dopušteno (primjereno dobi)
- vodi računa da dijete razumije što se od njega očekuje, da zna kakva su pravila i posljedice ako ih ne poštuje
- ako su potrebne zabrane (a nekada jesu), izriče ih jasno i čvrsto uz objašnjenje, a dijete usmjerava na ono što je dopušteno (*Ne smiješ trčati po dućanu, možeš hodati sa mnom i voziti kolica*).

#### VAŽNO!

- umjesto stalnih zabrana reći djetetu što očekujemo
- planirati zajedno s djetetom