



## Jak mówić żeby słuchało

Już nie masz siły powtarzać, by malec sprzątnął klocki, nie wrywał koledze zabawek... Niby słucha, a i tak robi swoje!

**Każdemu smykowi zdarza się czasem nie posłuchać. Ale są też dzieci, na których rodzicielskie prośby nie robią żadnego wrażenia. Rodzice uciekają się wtedy do różnych sposobów: nie tylko proszą, ale czasem też grożą, straszą, zabraniają, powtarzają wiele razy... I co? I nic. Bo aby maluch posłuchał, trzeba nauczyć się do niego mówić. Oto, jak tego dokonać.**

### Nie traktuj go jak partnera

Malec jest twoim partnerem jedynie w tym sensie, że należy mu się szacunek. Nie ubieraj go więc w to, czego nie lubi, nie zmuszaj do jedzenia zniechęconej owsianki. Ale nie musisz mu skrupulatnie tłumaczyć wszystkiego, o co go prosisz. Są rzeczy, które dziecko po prostu musi zrobić, bo od tego zależy jego bezpieczeństwo, zdrowie. Mówisz np.: „Przed przejściem przez ulicę rozejrzyj się w lewo, w prawo, a potem raz jeszcze w lewo”. „Ale dlaczego, przecież nie jadą samochody. Po co mam patrzeć dwa razy w lewo? Dlaczego nie odwrotnie” – słyszysz w odpowiedzi. Wygadany pięciolatek ma często tak dużo argumentów, że w końcu opadają ci ręce. Albo wpadasz w furję, bo masz już dosyć tłumaczeń. W takich sytuacjach nie musisz bawić się w długie wyjaśnienia. Smyk powinien wiedzieć, że są zasady, które nie podlegają żadnej dyskusji, i trzeba się do nich stosować.

### Mów tak, żeby usłyszał

Dziecko często nie może zrobić tego, o co je prosisz, bo po prostu cię... nie słyszy! Nie ma to nic wspólnego z problemami ze słuchem. Jeśli jest zaangażowane w zabawę, nie zwraca uwagi, co do niego mówisz. Jego pracujący na wysokich obrotach mózg jest zajęty czymś innym. Gdy malec się bawi, a ty chcesz, by zrobił coś innego, najpierw zawołaj go do siebie lub sama podejdź. Potem powiedz jasno, krótko i zwięźle, o co ci chodzi, np. „Idź do łazienki, umyj ręczki, kolacja na stole”. Ale jeśli widzisz, że dziecko bawi się w najlepsze, już kilka minut przed posiłkiem powiedz mu: „Zaraz musimy skończyć zabawę, może już zaczniesz odprowadzać rycerzy na zamek...”.

### Powiedz precyzyjnie

Trzylatek nie rozumie takich poleceń, jak: „Posprzątaj zabawki”, „Umyj się”. Są zbyt ogólne. No bo co tak naprawdę znaczy: „Posprzątaj zabawki”? Jakiego? Tylko te, którymi malec ostatnio się bawił? A klocki wystarczy wrzucić do pudełka, czy trzeba je tam równo ułożyć? Polecenia formułuj jasno: „Postaw misie na półce”. „Włóż książeczki do biblioteczki”. „Ułóż klocki w pudełku”.

## **Tłumacz, ale na miarę dziecka**

„Włóż spodnie, bo się przeziębisz”. To niezrozumiałe dla czteroletniej córeczki, która chce założyć do przedszkola spódniczkę, bo tak chodzą ubrane dziewczynki. Jest za mała, by wiedzieć o konsekwencjach i decydować, w co się zimą ubrać. Lepiej po prostu powiedzieć: „W spódniczce będzie ci zimno. Możesz założyć ją dopiero w przedszkolu”.

## **Bądź zdecydowana**

Powiedziałas, że po dobranocce wyłączamy telewizor, a malec ma iść się myć. Tymczasem bajka skończona, a dziecko pstryka pilotem i przełącza na kolejne programy. Co robić? Powiedz raz jeszcze: „Wyłącz telewizor”. Jeśli i tym razem nie posłucha, wyjmij mu pilota z rączki i zaprowadź malca do łazienki. Może się chwilę buntować (też nie byłabyś szczęśliwa w jego sytuacji), ale... To ty jesteś rodzicem i decydujesz, kiedy jest koniec oglądania telewizji.

## **Pamiętaj o konsekwencji**

Jeśli prosisz malucha, by posprzątał zabawki, a potem robisz to za niego (podczas gdy on dalej się w najlepsze bawi) – przegrałaś. Jeśli o coś prosisz, to powinno to zostać zrobione. Nie stój jednak nad malcem i nie krzycz, by wreszcie posprzątał, jeśli jest zmęczony. Zaproponuj pomoc: „Chodź, razem powkładamy klocki do wiaderka”.

## **Nie oczekuj, że powie to, co chcesz**

Jeśli chcesz właśnie wyjść z malcem na spacer, to nie pytaj: „Może pójdziemy na dwór?”. Dziecko pewnie ma inny pomysł, jak spędzić czas. Powiedz: „Za 10 minut idziemy do parku. Chodź, pomogę ci się ubrać”. Jeśli pytasz, to znaczy, że składasz maluchowi propozycję, którą może przyjąć lub odrzucić. Chyba że nie zależy ci na spacerze.

## **Mów o skutkach**

Malec nie chce zjeść obiadu? W porządku, nie zmuszaj go, ma prawo nie chcieć jeść. Ale jeśli jest właśnie pora posiłku, to nie podsuwaj za pół godziny banana. Powiedz wprost: „Możesz nie jeść obiadu, proszę. Ale nie liczy, że potem dostaniesz deser”. I nie zmieniaj potem zdania.

## **Powiedz, co czują inni**

Synek źle się zachowuje na placu zabaw, popycha kolegów, wrywa zabawki, pluje. Nie krzycz na niego, a już na pewno nie dawaj mu klapsa. W ten sposób dajesz tylko znać, że można zachowywać się agresywnie, ale zasadę tę stosuje się tylko do słabszego i mniejszego (jak dziecko względem ciebie). Gdy malec źle się zachowuje, podejdź do niego, przytrzymaj, powiedz: „Tak nie wolno! Kolegę to boli. Zobacz, teraz płacze”.

## **Stosuj nagrody, nie kary**

Jeśli nie pomaga tłumaczenie, że kolegę boli, i malec nadal zachowuje się źle, sytuację trzeba jak najszybciej przerwać. Zabierz go z piaskownicy, nie zważając na protesty. Powiedz, że jeżeli będzie nadal tak robić, to więcej tu nie przyjdziecie. Ale to nie koniec. Przecież tak

naprawdę to ty musisz go nauczyć, jak bawić się z innymi dziećmi.

Pamiętaj o starej prawdzie: nagroda działa lepiej niż kara. Gdy więc następnym razem twój malec ładnie pobawi się z kolegą, pochwal go: „Aż miło było na was patrzeć. Zobacz, masz przyjaciela!”. To doda mu skrzydeł.

### **Tak nie rób!**

**Nie oskarżaj:** „Przez to, że mnie nie słuchasz, aż serce mnie rozboleło”. Bo... to nieprawda! A jeśli potem zdarzy się, że zachorujesz, dziecko będzie się obwiniać.

**Nie bądź superkonsekwentna.** Malec nie jest maszynką do wykonywania twoich poleceń. Czasem może czegoś nie zrobić, bo jest zmęczony, rozdrażniony, np. po powrocie z przedszkola.

**Nie mów:** „Nie kocham cię!”. Jeśli malec powie tak do ciebie, naprawdę znaczy to: „Jestem na ciebie zły”. Ale gdy takie słowa usłyszy od ciebie, zawali mu się cały świat. Może stracić poczucie bezpieczeństwa. Uważać, że jest kimś złym, bo nie zasługuje na miłość najważniejszej dla niego osoby na świecie.

**Nie krzycz na dziecko i nie karz kłapsem.** Bo w ten sposób uczysz je tylko, że agresja, krzyk czy bicie to dobry sposób rozwiązywania konfliktów.