

Kako djeca ispituju granice i što od njih uče?



Roditelji se često pitaju što znači postaviti granice, kako ih postaviti, kako reagirati u pojedinim situacijama s malom djecom. Biti dosljedan je nešto što su puno puta već čuli, ali provođenje istoga često je problem.

Ispitivanje granica je ponašanje koje očekujemo od djeteta.

Kako raste, dijete ima sve veću potrebu za istraživanjem okoline, izražavanjem svojega „ja“. To se ponekad može vidjeti i u ponašanjima koja mogu biti po njega samog opasna poput penjanja na opasna mjesta, potreba za istraživanjem svih pa i opasnih predmeta i slično. Vaše čvrsto „ne“ može kod njega izazvati ljutnju, bijes, protest, no to je „ne“ itekako potrebno kako bi ga zaštitili i podučili, jer postavljajući jasne granice zapravo pokazujete ljubav i želju da djetetu osigurate sigurnu okolinu, da ga naučite pravilima ponašanja, uspostavljajući odnosa s drugim ljudima.

Što je dijete manje, granice trebaju biti čvršće i jasnije. Kako dijete raste i kako postaje sposobno biti sve više odgovorno, granice se mijenjaju, popuštaju. Između druge i treće godine djeca se počinju osjećati sve više neovisna, sve više toga žele napraviti sama, pokazati svoje sposobnosti. Tada se često javljaju i protesti zbog postavljenih granica. Sva djeca ponekad protestiraju, i u ovoj dobi je to razvojno uobičajeno. U ovo vrijeme, uloga je roditelja da postave granice, a uloga djece da ih preispituju.

Granice trebaju biti djetetu jasne, i dobro definirane.

Dijete mora znati što se od njega očekuje i koje su posljedice za njegova ponašanja (slijeđenje ili ne slijeđenje pravila). Pri tome je važno uvažavati i potrebe djeteta, odnosno korisno je da se roditelj uvijek zapita koja je trenutna djetetova potreba koju ono pokazuje svojim ponašanjem. Moguće je da se istovremeno zadovolji neka određena djetetova potreba ali i da se poštuju postavljene granice, odnosno i djetetove i roditeljske želje mogu biti istovremeno zadovoljene. Npr. dijete se krene penjati na nedozvoljeno mjesto poput visoke police ili slično jer želi dohvatiti neki njemu zanimljiv predmet. Roditelj u tom trenutku djetetu treba jasno reći da se to ne smije, ali i prepoznati djetetovu želju za istraživanjem te mu ponuditi drugi način kako tu želju može ostvariti. Stoga može potaknuti dijete da ga pita/zamoli da mu pokaže željeni predmet. Na taj način će postaviti granicu u ponašanju (ne smije se penjati), ali i podučiti dijete poželjnom ponašanju (pitati) koje će i nagraditi (pokazati djetetu predmet).

Postavljanjem granica možemo izbjeći nastanak problema jer o njima pričamo prije nego problem nastane (npr. postavljanje pravila o ponašanju u trgovini prije kupovine). Dobro postavljene granice su usmjerene na djetetovu suradnju, odnosno njihovo slijeđenje roditelj može nagraditi, a kod nepoštivanja granica nagrada će izostati. Na taj način učimo dijete i da bude odgovorno za svoje ponašanje odnosno za posljedice istog.

Razlikuje li se postavljanje granica od prijetnje i ucjene?

Svakako. Postaviti granice razlikuje se od naredbi i prijetnji jer se one upotrebljavaju u trenutku kada roditelji sami nisu smireni, kada gube kontrolu, kada su se granice već prekoračile, odnosno kada se ponašanje koje želimo izbjeći već dogodilo, dok postavljanjem jasnih granica djetetu dajemo do znanja što očekujemo prije nego se određeno ponašanje dogodi. Stoga, "pravila igre" je korisno postaviti unaprijed kako ne bi dolazili u situacije u kojima dijete ucjenjujete ili mu prijetite kako bi izbjegli ponašanja koja ne želite.

Napadaji bijesa

Sigurno da će dijete kojemu jasno postavite granice iste pokušavati pomicati, kršiti, no, na roditelju je da u svojim reakcijama bude dosljedan (i kod kuće i u javnosti), te na taj način dijete podučava poželjnim ponašanjima, ponašanjima kojima će dobiti ono što želi na prihvatljiv način.

Kod djece do četiri godine starosti frustracija, prepreke, postavljanje granice često dovode i do napadaja bijesa koje može biti popraćeno udaranjem, vikanjem, bacanjem na pod, samoozljeđivanjem i slično. Takvi se ispadi češće događaju kada su djeca umorna, gladna, žedna, iscrpljena i slično, u situacijama većeg emocionalnog uzbuđenja, straha, stresa ili pak dosade, ili kao oblik traženja roditeljske pažnje (posebno ako dijete ima iskustvo da takvo ponašanje priziva mnogo roditeljske pažnje).

Kako izbjeći nadaje bijesa?

- Osigurajte vrijeme za igru s vašim djetetom
- Postavite jasne granice (djetetu razumljive) te budite u njima dosljedni, bez povremenih popuštanja
- Pokažite poštovanje prema djetetu – dajte im do znanja da vam je jasno što žele i kako se osjećaju i onda kada nešto ne mogu dobiti („Vidim da želiš čokoladu ali ne možeš ju dobiti sada nego poslije ručka“).
- Pomognite djetetu da jasno i na prihvatljiv način izrazi svoje osjećaje i želje. Iza ponašanja koja se često doživljavaju kao inat, prkos, neposluh i slično krije se djetetova potreba koja nije jasno izrečena. Pomognite im da u tome budu uspješniji, dajte im primjer što i kako trebaju učiniti. („Sviđa ti se ta igračka, želio bi ju posuditi. Zamoli prijatelja da ti posudi.“)
- Korisnije je nagrađivati ponašanje koje je poželjno nego kažnjavati ponašanje koje ne želimo. Obratite pažnju na što više poželjnih ponašanja u toku dana i pohvalite dijete. Poželjna ponašanja se ne podrazumijevaju, potrebno ih je prepoznati i pohvaliti. Time ćete povećati učestalost ponašanja koja želite vidjeti kod vašeg djeteta.

Kada se napadaj bijesa ipak dogodi...

- Ignorirajte, ne uspostavljajte kontakt očima (pri tome budite sigurni da je dijete sigurno, zaštićeno, da se ne može ozlijediti)
- Maknite dijete iz situacije u kojoj se napad bijesa javio ako je to moguće
- Obratite pažnju na dijete kada se počne ponašati na željeni način
- Kod blažih protesta preusmjerite djetetovu pažnju na nešto drugo
- Ne popuštajte u vašim zahtjevima uslijed napadaja bijesa
- Kod kuće se ponašajte jednako kao i vani (ne popuštajte zbog okoline)

Napadaji bijesa će proći a dijete će naučiti poštivati pravila, tuđe osjećaje i potrebe, naučit će se izražavanju svojih emocija, kako se nositi s frustracijom, a sve to će mu u budućnosti pomoći da bude zadovoljnije te uspješnije u kontaktu s drugim ljudima.

[dipl. psiholog-profesor Rebeka Bulat](#)

