

Сімейні правила

Для полегшення відновлення чи встановлення режиму дня та звичного порядку у сімейних стосунках мають бути визначені і прийняті сімейні правила. Вони надають дитині відчуття кордонів та безпеки. Так, саме безпеки - це друга за значущістю потреба людини. Коли дитина знає, що їй дозволено робити і за що її не буде покарано, вона відчуватиме себе у безпеці. За таких умов наступними кроками стане налагодження спілкування, розвитку, навчання.

Встановлення правил не завжди дається легко. Часто батьки стикаються з тим, що правила не працюють. Причин для цього чимало. Розглянемо найбільш поширені:

- 📌 Одне й те саме батьки під впливом свого настрою то забороняють, то дозволяють. Наприклад, одного дня мама, будучи в доброму гуморі, може дозволити голосно кричати на прогулянці, а наступного буде стривожена чи роздратована і заборонить.
- 📌 Коли виконання правил стає вибіркоким і залежить від ситуації. Наприклад, у будні дитина має спати пообіді, а у вихідні дні її не вкладають, оскільки мама не йде роботу і зайнята лише хатніми справами. В такому випадку дитина сприймає правило як необов'язкове.
- 📌 Іноді встановлені правила об'єктивно важко виконати, адже буває, що батьківські вимоги чи заборони не обґрунтовані і не мають жодної конструктивної функції (Не можна так робити! Чому? Тому що!)
- 📌 Буває, що дитина просто не дає собі ради, коли батьки покладають на нею забагато заборон, що часто суперечать здоровому глузду. В такому разі на кожне своє «хочу» дитина чує «не можна». Тож вона вдається до хитрощів та обдурювання дорослих, бо добитися свого адекватним способом неможливо.
- 📌 Непослух дитини може бути зумовлений тим, що їй приділяють мало уваги, і єдиний спосіб привернути її до себе – це негативна поведінка і демонстративне порушення встановлених правил.

Отже, перш ніж сподіватися на бодай хоч якісь зміни в поведінці дитини, слід переконатися, що ваші вимоги до неї є такими:

🔗 сталими (звісно, з дорослішанням дитини вони можуть зникати або додаватись, тому нові правила слід проговорювати і пояснювати дитині причини їх прийняття так само, як і виключення);

🔗 чіткими;

🔗 зрозумілими;

🔗 обґрунтованими.

І найважливішим є приклад дорослих. Діти копіюють їхні вчинки. Якщо ви хочете, щоб вам завжди дякували за послугу – дякуйте й ви як у спілкуванні із іншими дорослими, так і з дітьми. Розмовляйте з дитиною як з рівною. Це вимагає багато сил та терпіння, але саме така модель спілкування допомагає сформувати зрілу й упевнену в собі особистість.