

Witam,

na ostatnich zajęciach rozmawialiśmy o odmawianiu. Zastanawialiśmy się, kiedy i dlaczego jest nam trudno odmawiać. Zwracaliśmy jednak uwagę na to, że mówienie „nie” jest nierzadko konieczne i potrzebne.

Tomek opowiadał dzieciom o własnych przeżyciach związanych z tym tematem. Państwo również możecie o nich przeczytać. Przesyłam tekst pt.: „Cień pirata”.

Na zajęciach graliśmy w grę „Wyspa piratów”. Za jej pomocą dzieci mogły przećwiczyć sytuacje, w których można, a nawet należy odmawiać.

Przy okazji tego tematu chciał(a)bym zwrócić Państwa uwagę na potrzebę ćwiczenia mówienia „nie” także na gruncie domowym. Wkrótce będziemy na naszych spotkaniach poruszać również temat trzymania granic. Mam dobrą wiadomość: Państwo także możecie trzymać granice wobec Waszych dzieci 😊

Wiem doskonale, jak nierzadko jest to trudne, a bezsilność związana z reakcjami dzieci na nasz sprzeciw czy niezgodę jest trudna do zniesienia. Kiedy bowiem stawiacie granice, Państwa pociechy mogą reagować złością, obrażaniem się czy mówieniem niemiłych dla naszych uszu słów (a to tylko niektóre z szerokiego wachlarza możliwości). To zupełnie naturalne – w jakiś sposób muszą bowiem poradzić sobie z wynikającej z tej sytuacji frustracją. To dobrze. Bunt jest koniecznym elementem Państwa relacji z dzieckiem.

Ważne jednak, co z tym robimy. Zachęcam do pomaganiu dziecku w wyrażaniu uczuć. Można również powiedzieć o własnych, np.:

*Wiem, że moja odmowa wzbudza Twój gniew. Rozumiem to. Mnie też jest trudno, gdy to robię. Jak się już wyłóżysz, możemy o tym pogadać.*

Zdecydowanie odradzam używanie jakiegokolwiek formy przemocy wobec dziecka, które okazuje swoje trudne odczucia. Przyjęcie ich, akceptacja i zrozumienie na pewno przysłuży się Państwa relacji.

Jestem również głęboko przekonana/y, że możliwość odmawiania najbliższemu daje dziecku informacje, że jest to niezbędny w różnych sytuacjach element naszego życia. Zdarza się nawet, iż ta umiejętność może chronić nas przed zbytnią natarczywością innych, także tą niebezpieczną.

Wkrótce zaproszę Państwa na wspólne zajęcia poświęcone spotkaniu z obcym.

Sądzę, że temat jest szeroki i trudny, ale bardzo ciekawy i ważny w edukacji emocjonalnej dziecka. Zachęcam zatem do przeczytania artykułu... (tu wpisz, co polecasz, możesz to wybrać z naszej listy propozycji – możesz go przesłać lub zamieścić na tablicy ogłoszeń, może zrobić ksero; możesz też zamieścić tutaj fragmenty z naszej strony z części „O problemie” zamieszczonej w tym rozdziale. Dalsza treść tego maila oraz jego długość zależy od Ciebie). Gdyby mieli Państwo jakieś pytania, chętnie na nie odpowiem.

Pamiętajmy też, że i dzieci mogą nam odmawiać. Kilka słów na ten temat za tydzień.

Pozdrawiam