



Kako da se dijete osjeća sigurno - 7 savjeta

Povezanost i sigurnost s djetetom su temelj za sve ostalo čime se ono bavi. To im omogućuje da slobodno istražuju svoje okruženje i da stvaraju odnose s drugim osobama. U današnjem tekstu pričamo o 7 konkretnih stvari koje možeš početi raditi već danas da se dijete osjeća sigurno.

1. Limiti i granice

- Možda nam se ponekad čini kako će dijete osjećati sigurno u trenucima kada radi njih posustanemo ili im udovoljimo premda se to protivi pravilima. U biti, vrlo često to nije slučaj. Djeca istražuju koja su pravila i limiti u nadi da će ih biti. Naime, to im daje sigurnost kako ima nešto što se može kontrolirati, kako u ovom svijetu kaosa ima nešto u što se mogu pouzdati i kako će sve biti u redu. Čak i situacija kada se ne osjećaju zadovoljno radi naše dosljednosti u većini im slučajeva dugoročno time dajemo sigurnost. Naravno, sve se granice trebaju postaviti na način pun razumijevanja i ljubavi. Mi nismo ovdje da vršimo kontrolu nad našom djecom već da naučimo odgovornosti, samostalnosti i sigurnosti.

2. Naše vrijeme

- Kada su djeca manja mi smo im daleko najvažnije osobe na svijetu (uz njih same, naravno). To znači da žele učiti od nas, čuti naše priče i provoditi vrijeme s nama. Kada vrijeme provodimo u potpunosti prisutno pokazujemo kako i djeca nama toliko znače. To znači da smo samo s njima, bez mobitela, ignoriranja i nestrpljenja kada ćemo moći nastaviti s nečim drugim. Ovo ne mora biti niti bi trebalo biti stalno, ali pola sata svaki dan mnogo znači u dugoročnom staranju odnosa. Drugi element kod našeg vremena je naša dostupnost kada im nešto treba ili nakon konflikta kada im je posebna potvrda da znaju kako ih volimo i tada. Naša ljubav ne ovisi o njihovom ponašanju. Ona je uvijek tu.

3. Uvjeti

- Za ljubav prema djetetu ne bi trebalo biti uvjeta. Stoga vrijedi paziti da nikada ono što rade ne povežemo s time koliko ih mi volimo. Drugim riječima, znakove ljubavi i sigurnost bi im trebalo pružati čak i kada nisu najbolja verzija sebe. Naše zajedničko provedeno vrijeme nikada ne bi trebalo ukidati kao kaznu ili postavljati kao nagradu.

4. Razgovarajte

- Prije nekoliko mi je dana došao brat sav oduševljen s dogodovštinama koje mu je mama pričala iz svog djetinjstva. Htio ih je sve meni prepričati, a nakon toga je čak neke htio i odglumiti. Iz razgovora se vidjelo koliko se osjećao



cijenjeno i kao da im je odnos nešto jači. Ako dođe prilika za to pričajte s djetetom o vama i slušajte što vam ono ima za reći.

5. Rutine

- S rutinom dijete zna što i kada slijedi te samim time ima više vremena za procesuirati ono što se događa. One im daju sigurnost samim time jer su uspostavljene. Rutina ne mora biti određena za svaku sitnicu u danu i ne moramo je se držati u minutu. Ipak, poželjno je imati jednu općenitu rutinu koje se držimo većinu vremena.

6. Suroditeljstvo

- Normalno je da ima nesuglasica i da se ne slažemo oko svega, ali ako dijete od roditelja često dobiva sasvim suprotne poruke to bi moglo prouzročiti anksioznost. Naime, djetetu je važno da osjeća kao da sve ima neki smisao i red, a suprotnostima među roditeljima se ne to pobija. Stoga se preporučuje dogovoriti oko nekih većih stvari poput discipline.

7. Pogreške

- Za sam kraj, najvažniji savjet. Ako si došla/došao dovde to znači da si roditelj koji želi učiti o svom djetetu. Daješ sve od sebe. To znači i da ćeš doći u situacije s kojom se ne podnosiš. Svaka čast! To su samo dodatne prilike za naučiti nešto više o sebi i odnosu s djetetom. Razgovaraj o tome s djetetom i daj vam priliku da iz situacija kojima se ne ponosiš rastete.

S ovih 7 koraka postavlja se temelj za siguran odnos s djetetom. Koji korak je tebi najdraži? Ima li neki na kojem moraš još raditi? Javi nam svoje dojmove u našu grupu.