

НЕ ЖЕЛИМ ДА
ФРУСТРИРАМ СВОЈЕ ДЕТЕ



Варијанте

- Ми не ограничавамо децу ... не желимо да их фрустрирамо.
- Мораћу да јој купим још једну (прескупу) лутку! Све девојчице их имају; не желим да ми се ћерка истраумира.
- Ја мојој ћерки (која има четири године) кажем шта је у реду, а шта није, али она сама одлучује шта ће од тога да прихвати.
- Мој син (који има три године) сам одлучује о томе шта ће да једе. Нећу ништа да му намећем.

Примери

Алекса (који има две и по године) сваког јутра сам одлучује шта ће да једе. Прво изабере јаје, да би, пошто му мама то спреми, одустао, па онда тражи виршле које само проба и на крају заврши с кексом и млеком.

У моди је веома скупа врста лутака. Деветогодишњој Славици мама купује већ другу лутку из те колекције, која односи значајан део њене скромне плате. Објашњење, које као да више упућује себи него другима, гласи: „Све девојчице имају више од једне лутке. Много ће патити ако је и она не добије“.

Намера

- Не желите да повредите дете.
- Не желите да га оптерећујете ограничењима.

Чињенице

Веровали или не, један од важнијих послова које као родитељ треба да обавите управо јесте да фрустрирате своје дете.

Тиме што постепено подижемо ниво фрустрационе толеранције, јачамо личност детета и чинимо га отпорнијим на ситуације са којима ће се сусретати у односима с људима: било у породици, било у школи, на послу, у браку... Наравно, то није нешто што треба да зависи од вашег или дететовог хира и што је ствар тренутка.

Честа употреба термина као што су *трауме*, *фрустрације* и *фрустрирање* данак је нечему што је вероватно требало да буде популаризација психологије, а претворило се у нешто сасвим друго. Ако не поштујете увек дететове жеље, ако му се обратите оштријим гласом или заведете нека ограничења, испада да му ускраћујете слободу и фрустрирате га.

Уколико дете штитите од ствари и ситуација од којих не треба да га штитите, оно ће, пре или касније, морати да се суочи с њима, али тада, вероватно, на неефикасан начин. То ће довести до тога да дете или неће умети адекватно да реши одређену ситуацију, или ће се осећати као да се попело на Мон Блан. Вероватно сте имали прилике да у својој околини упознате људе којима су неке уобичајене ситуације тешке и сасвим их исцрпљују, те се, рецимо, никако не могу навићи на то да дођу на време на посао, кукају што треба да оду по дете у вртић или зато што имају обавезе у кући, на послу... Тешко им је да реализују

углавном све оно што представља обавезу, а једино им прија угађање себи.

Знате и сами да живот није луна-парк где се само ужива. Према томе – припремајте дете адекватно.

Да ли сам у клопци

Да ли вас неке уобичајене ситуације оптерећују или фрустрирају, те од њих штитите дете?

- Да ли ће дете доживети трауму ако му не купите скупу лутку?
- Да ли је слање детета у *тајм-аут* због непримереног понашања траума?
- Да ли је пристојно понашање траума?
- Да ли је захтев да се баци ђубре (намести кревет, покупе играчке, причува млађи брат, оде у продавницу...) траума?

Уколико се често питате да ли ће неке свакодневне активности за ваше дете бити оптерећење, па га од њих штитите – ВИ ЈЕСТЕ У КЛОПЦИ.

Понашање детета

Дете је размажено, бесни уколико не добије оно што жели, тешко прихвата одлагање задовољења својих потреба, несигурно је у контакту с децом, хировито, несамостално.

Могући исходи

Несналажење или тешко сналажење у неким свакодневним ситуацијама, тешкоће у односу са

вршњацима, нетолеранција, егоцентричност, проблеми у односу са ауторитетом, лоше радне навике, тешкоће у контроли импулса (агресивност, напади беса и сл.), несамосталност, избегавање да се преузме одговорност (увек је крив неко други: васпитачица, друг, учитељица, професор, ви...).

Изразак из клопке

- Не мистификујте неке уобичајене ситуације. Не штитите дете од онога од чега га не треба штитити.
- Од сасвим раног узраста, тј. од прве године, уводите правила лепог понашања. Нека се дете учи да каже *хвала, молим те, извини...* Прилагодите очекивања узрасту детета. Детету од годину дана неће бити баш јасно о чему се ради, али временом ће научити. Код деце у узрасту од три до четири године постепено развијајте стрпљење. Немојте допуштати да дете старо четири-пет година, на пример, у разговору са одраслима води главну реч и прекида ваш разговор кад год пожели.
- Постепено подижите ниво толеранције на фрустрацију код свог малишана. Новорођенчету не треба одлагати дојење и пуштати га да дуго плаче, али двогодишњаку треба рећи да ће чоколаду добити после, а не пре ручка; од четворогодишњака треба тражити да се извини ако некога повреди и да после игре сам покупи играчке, да вам помогне да поставите сто за ручак; осмогодишњака треба тражити да баца ђубре, од десетогодишњака да оде у продавницу, од

дванаестогодишњака да опере судове и причува млађу сестру...

- Ви сте, као родитељ, задужени за постављање правила у кући. Сасвим је непримерено да, зарад неговања слободе, детету у узрасту од две до пет година дозвољавате да самостално доноси одлуке у вези с тим шта ће да обуче, да једе или како ће да се понаша. Шта ћете да урадите ако извади летњу сукњу у јануару или ако пожели да једе кокице трећи пут истог дана? Оно што можете урадити јесте да детету понудите избор: „Је л' хоћеш да обучеш плави или црвени џемпер?“. Или: „Хоћеш ли виршле или сутлијаш за вечеру?“
- Реагујте на непримерено понашање; не прескачите га коментарима, као што су: „хиперактиван је“ или „како је живахна, не могу јој ништа“. Препуштање детету од пет-шест година (и старијима, наравно) да само одлучује о томе како ће се понашати и која ће правила поштовати није неговање његове слободе. Тиме га само збуњујете и чините му лошу услугу. Нема потребе да свом пубертетлији од 14 или 15 година препуштате да сам одлучи о томе када ће се из ноћног провода вратити, нити да попуштате због изјаве: „Али сви остају до два!“ Треба да разговарате, да саслушате оно што дете има да каже, да изнесете свој став, да се договорите и да инсистирате на томе да се тај договор и поштује.
- Нека дете, сходно узрасту, поред школских преузме и неке кућне обавезе. Нека, на пример, постави сто

или опере судове, спреми своју собу, нека оде у продавницу и слично.

- Похвалите сваки помак ка самосталности изјавама попут: „Свака част! Баш ти хвала што си ми помогао!“ Ако судови нису савршено опрани, не помињите то, јер ће за исправке бити времена и касније.

Хајде да се сада вратимо описаним примерима. Славицу сигурно не би истраумирало то што јој мама није купила другу скупу лутку. Славици због тога не би било драго, али супротстављање нереалним захтевима детета није траумирање.

Детету је могуће објаснити да је лутка коју жели веома скупа. Ако јој другарице то замере, објасните ћерки да јој оне баш и нису неке другарице. Такво објашњење Славици се сигурно не би свидело као куповина нове лутке, али јој на тај начин дајете информације које су ближе реалности – оној од које дете безразложно штитите.

Алекса је, имајући могућност да изабере било шта за јело, био више збуњен него слободан. Да бисте детету дали довољно слободе у одлучивању и омогућили адекватан избор у том узрасту, упитајте га следеће: „Хоћеш ли кајгану или сендвич?“