

КАКВО Е И КАКВО НЕ Е РАЗГЛЕЗВАНЕ?

Припомняме, че емоционалната връзка потушава конфликтите, изгражда детския мозък и заздравява взаимоотношенията между родител и дете. Възможно е да се появи съмнението, че установяването на емоционална връзка, когато детето проявява неприемливо поведение, е равнозначно на липса на поставяне на граници и разглеждане. Необходимо е първо да се помисли в посока кое е разглеждане и кое не е.

Да започнем с това какво **не е разглеждане**. Разглеждането **не е да дарявате с много любов, време и внимание децата си**. Не може да ги разглеждате като им се посветите. Пример за това е вземането в прегръдки на бебето. Не може да разглеждате едно бебе, вземайки го в прегръдките си всеки път, когато то изрази необходимост от това. Въпреки че преди време водещите експерти в родителските грижи съветваха родителите бебетата да не се държат твърди много в ръце, за да не се разглеждат, то днес разбиранията са други. Напротив, ако не откликваме и утешаваме, ние пораждаме тревожност в детето и създаваме несигурна обвързаност с него. С други думи, децата е необходимо да знаят, че могат да разчитат на нас да задоволяваме потребностите им.

Разглеждането, от друга страна, се случва когато родителите (или онези, които се грижат за детето) създават у него впечатлението, че **винаги трябва да получава онова, което желае** (и когато го желае); че всичко става с **лекота и без усилия** и всички са длъжни да му угаждат. **Необходимо е децата да очакват потребностите им (храна, вода, обич, сигурност и др.) да бъдат разбирани и задоволени, но не е редно да очакват това и за всичките си желания и прищевки (нов телефон, таблет, киндама, играчка и др.)!** Установяването на емоционална връзка с детето в моментите, когато е разстроено, означава да задоволим базовите му потребности, а не желанията и прищевките му.

Начините, по които можем да разглежим детето, са като му подаряваме твърде много **излишни вещи**, постоянно харчим пари за **капризите** му и **не му отказваме нищо**. На втори план ние изграждаме и у него убеждението, че светът и хората винаги ще обслужват желанията му. Когато на децата винаги се предоставя онова, което желаят, те не могат да изградят важни житейски умения. Това са уменията за **отлагане на удоволствието, последователна работа за постигане на цел и преодоляване на разочарованията**. Създава се и нагласа, която в бъдеще ще навреди на междуличностните им отношения, тъй като неизменно ще влезе в **конфликт с интересите на другите**. Необходимо е да позволим на децата си да се **учат от грешките си** и да преработват трудните преживявания. Например, няма да направим добра услуга на детето си, ако напишем домашната работа вместо него (последствия от мързел) или решим проблем (като говорим) с негов съученик вместо него. Ще създадем очакване в детето, че животът трябва да е безболезнено преживяване, което води до липса на самоконтрол в моменти на неразвиващи се по план житейски ситуации.

Другият важен момент с разглеждането е, че се избира **незабавно удовлетворение** (и за детето, и за родителя), а не решението, което е в най-голяма полза за детето. Понякога се случва да угаждаме прекомерно или да пренебрегваме

границите, защото това е по-лесният вариант в моментната ситуация. Например, може да позволим на детето да изяде втори, трети бонбон на семейно събиране (лесно решение в краткосрочен план) само за да избегнем неудобството от емоционален изблик. Какво обаче се случва на следващия ден? Детето и тогава ще очаква същото количество лакомства.

Прекомерното угаждане не е полезно нито за децата ви, нито за вас и междуличностните взаимоотношения. Препоръчваме ви да го избягвате възможно най-често, защото разглезените деца често стават нещастни възрастни, поради факта, че другите не се втурват да задоволяват всяка тяхна прищевка като родителите им. Те са по-малко благодарни и им по-трудно да оценят малките житейски радости.

Истинската самостоятелност и реалната компетентност на вашето дете ще се формира не от задоволяване на желанията му, а от реализираните със собствени сили на постижения и усилията за усъвършенстване на собствените умения. ☺

В следващите публикации ще ви запознаем с необходимите условия за установяване на емоционална връзка и последващото след нея поставяне на здравословни граници чрез пренасочване.

Източник: Сийгъл, Д., Брайсън, Т. (2016). Дисциплина без драма. ИК: „Хермес“