**Jak wychować odpowiedzialne dziecko. O roli granic w rozwoju człowieka.**

Paulina Adamczyk - psycholog

Drodzy Rodzice!

Niezależnie od tego, czy jesteście tego świadomi czy nie, w Waszych domach istnieją granice. Podlegają nim nie tylko przedmioty i miejsca, ale także między innymi odczucia, przekonania, emocje. Granice wyznaczają koniec nas, koniec naszej własności, naszej strefy wpływów i początek kogoś innego lub strefy wpływu kogoś innego. To granice powinny wyznaczać również odpowiedzialność. Jeśli coś jest moje, lub jest w mojej sferze wpływów, to ja za to odpowiadam (lub odpowiadam częściowo). Jeśli coś nie jest moje – to nie mam na to wpływu i nie mogę realnie wziąć za to odpowiedzialności.

Zdaję sobie sprawę, że początkowo może wydawać się to dość skomplikowane, ale mam nadzieję, że przykłady rozwiążą Państwa wątpliwości.

Pierwszą granicą, którą mamy od urodzenia jest nasza skóra. To, co pod nią, jest mną. To, co na zewnątrz - jest światem zewnętrznym. Wraz z wiekiem tych granic przybywa: moje zabawki, moje łóżko, mój talerz, moje jedzenie i picie, pokój, dom, mój wieszak w przedszkolu, pewnie w przyszłości mój telefon, moje prace domowe itp. Podczas wychowywania dzieci zagadnienie granic i ich zmiany (dostosowywane do wieku i fazy rozwojowej dziecka) są bardzo istotne i mają kluczowy wpływ na rozwijanie się odpowiedzialności u Waszych dzieci.

Chcę zaznaczyć, że kiedy piszę o częściowej odpowiedzialności mam na myśli przedmioty/miejsca które należą do strefy wpływów kilku osób i każda z nich powinna częściowo czuć się za nie odpowiedzialna (częściowo – w zależności od wieku). Na przykład kiedy sześciolatek zobaczy kałużę w kuchni jego odpowiedzialność powinna polegać na zawołaniu kogoś dorosłego, a ta osoba jest odpowiedzialna za ograniczenie strat i ewentualną naprawę (acz może być tak – trzymając się stereotypu, że dziecko zawoła na przykład mamę i ta zabezpieczy dom przed powodzią, a tata zacznie naprawiać usterkę – to tylko przykład i może być na odwrót w różnych domach).

Młodzi ludzie uczą się odpowiedzialności poznając swoje granice, a w tym pomagają im najbliżsi. O ile stosunkowo łatwo jest uszanować własność dziecka (jego granice) dotyczącą zabawki, ulubionego talerzyka, kubka, o tyle dużo trudniej jest uznać i zaufać jego wewnętrznym odczuciom. Często w domach zdarza się, że dziecko jest ubierane cieplej wtedy, kiedy rodzicowi jest zimno, karmione jest również wtedy, kiedy rodzic jest głodny. Niektórzy rodzice przypisują sobie prawo do decydowania o tym, jakie uczucie dziecko powinno przeżywać (np. „nie złość się na mnie”, „nie ma się czego bać”, „przecież Ty kochasz swojego brata”, „to nieładnie być zazdrosnym”) i uważam, że takie zachowania są błędem. Proszę zwrócić uwagę, że na początku tego artykułu wskazałam, że pierwszą granicą jakiej uczy się dziecko jest skóra. A odczucie głodu, temperatury ciała są niejako „pod skórą”, gdyż znajdują się na granicy odczuć fizjologicznych i emocjonalnych – i są WYŁĄCZNĄ strefą odpowiedzialności dziecka. Oczywiście jako osoby dorosłe możemy im proponować, przypominać, zachęcać do oczekiwanego przez nas zachowania, ale należy to robić z umiarem i szacunkiem. W ten sposób uczymy dzieci odpowiedzialności za zaspokajanie własnych potrzeb oraz uczymy/pozwalamy im stawiać granice tam, gdzie je naprawdę czują. Dziecko, którego potrzeby są zaspokajane zanim samo je sobie uzmysłowi/poczuje (co zwykle bywa podyktowane troską lub miłością rodziców), nie uczy się ich właściwie rozpoznawać, a co za tym idzie trudno będzie mu je samodzielnie zaspokajać.

Wskazane przykłady są jedynie wierzchołkiem góry lodowej ogromu sfer, w których młody człowiek uczy się swoich granic. Wrażliwy opiekun, podchodzący z szacunkiem do dziecka i jego odpowiedzialności może wesprzeć go w nauce ich rozpoznawania i stawiania, a to z kolei może uchronić je przed wieloma trudnymi lub traumatycznymi doświadczeniami w przyszłości.

Należy zaznaczyć, że granice mogą w każdej rodzinie, i u każdej osoby przebiegać inaczej. Warto jednak być świadomym własnych granic oraz ich roli w życiu swoim i naszych najbliższych.