**Djetetu trebaju jasne naredbe i upute**



Djeca jednostavno zaboravljaju ili ne slijede upute i naredbe koje im roditelji zadaju. Ponekad namjerno ignoriraju zahtjeve roditelje pri čemu cijeli problem eskalira svađom i bijesom. Stručnjaci **Nemoursa**, američke nacionalne organizacije koja se brine o psihofizičkom zdravlju djece, savjetuju kako poboljšati ovaj dio interakcije roditelja i djeteta. Savjeti su namijenjeni roditeljima djece dobi od 2 do 8 godina, ali su primjenjivi za djecu svih dobnih skupina.

.

**Kako pomoći djetetu da slijedi upute?**

Djeca često kopiraju ono što odrasli u njihovoj okolini rade. Pokažite djetetu svojim ponašanjem što od njega očekujete. Razmislite i o tome kako dajete upute djetetu. Ponekad djeca jednostavno ne razumiju što od njih očekujete ili se upute zagube u velikoj količini razgovora.

.

**Kako pomoći djetetu da čuje upute?**

**1.** Dajte djetetu upute samo onda kada ste sigurni da ćete moći provjeriti slijedi li ih. Ako ste prezaposleni, ostavite ovaj posao za neki idući put.

**2.** Smanjite ometanja. Na primjer, isključite televizor ili radio.

**3.** Priđite bliže. Budite djetetu na metar ili dva blizine kada mu izdajete upute.

**4.** Gledajte ga u oči i izgovorite njegovo ime.

**5.** Budite smireni.

**6.** Dajte upute ili naređenje djetetu jednostavno i ljubazno. Koristite pozitivne naredbe. Primjerice, zamolite dijete da se stiša, umjesto da mu naredite da prestane galamiti.

**7.** Ako dijete nakon desetak sekundi ne krene izvršavati vaše upute, ponovite ih smireno uz upozorenje. „Ako ne pospremiš igračke, ja ću ih skloniti.“

**8.** Čim je to moguće, pohvalite dijete zato što je slijedilo vaše upute.

.

**Izbjegnite zbunjenost i budite jasni**

**1.** Izdajte upute jednu po jednu

Umjesto da djetetu kažete da se počešlja, pere zube, umije i odjene, izdajte drugu tek nakon što je obavilo prvu. Dakako, pohvalite ga nakon svakog dobro obavljenog posla.

**2.** Koristite jednostavne naredbe

Izbjegavajte nejasne i dvosmislene upute koje bi mogle zbuniti djecu. „Sjedni, budi tiho i mirno čekaj, molim te“ je puno jasnije od „budi dobar“.

**3.** Komplicirane zadatke razlomite na nekoliko jednostavnijih

Vama je možda jasno što znači „počistiti sobu“, no djetetu ne mora biti jasno. Recite djetetu što očekujete od njega; korak po korak. Primjerice, pospremanje sobe razlomite u „napravi krevet“, „pospremi igračke“ i „pokupi prljavo rublje“.

**4.** Kažite djetetu što želite da učini, umjesto da ga pitate za to.

Naređenja ne upućujte u formi pitanja. Kažite „Molim te dođi za stol i jedi!“, umjesto „Bi li, molim te, večerao?“

**5.** Nakon naredbi nema rasprave ili objašnjavanja

Mnogi roditelji osjećaju kao da moraju objasniti naredbu, no činjenica je da dijete pamti ono što zadnje čuje. Umjesto „Obuci jaknu jer moramo u trgovinu kupiti rođendanski poklon za Mateja“, kažite „Zlatko, moramo kupiti rođendanski poklon za Mateja. Obuci jaknu.“

.

**Zapamtite**

* Budite dobar primjer. Svojim ponašanjem pokažite djetetu što od njega očekujete.
* Osigurajte potpunu djetetovu pažnju kada mu izdajete naredbu; oslovljavanjem osobnim imenom, gledanjem u oči i smanjivanjem čimbenika odvlačenja pažnje.
* Nejasne naredbe zamijenite jasnim i razumljivim. Naredite točnim i nedvosmislenim riječima.
* Pohvalite dijete nakon što učini ono što ste mu zadali, ma kako vam se to malenim činilo.
* Ako vam ovi savjeti nisu pomogli, zatražite dodatne od pedijatra ili dječjeg psihologa.

Prilagodila Pedagoginja; Izvor: http://www.roditeljski.info/