

## MYŚL POZYTYWNE

Czasami zachowanie Twojego dziecka może wywołać w Tobie frustrację lub zdenerwowanie. Pamiętaj zawsze, że dziecko nie działa specjalnie po to, by Cię zdenerwować czy zasmucić! Normalny maluch każdego dnia stawia rodzicom wiele wyzwań. Spróbuj patrzeć na świat jego oczami! To pozwoli Ci zrozumieć jego zachowanie i uniknąć frustracji i złości.

**Jeśli jesteś u kresu wytrzymałości – nie przekrocz granicy!**

**Poproś jak najszybciej o pomoc. Nigdy nie dawaj dziecku klapsa, nie bij go, nie potrząsaj nim. Klapsy, poszturchiwanie dziecka, a szczególnie potrząsanie są niebezpieczne dla małych dzieci. Małe dzieci są niezwykle kruche – upadki i wstrząsy mogą być dla nich bardzo niebezpieczne.**

Więcej o dobrym rodzicielstwie:  
[www.dobryrodzic.fdn.pl](http://www.dobryrodzic.fdn.pl)



Wejdź na stronę:  
[www.dobryrodzic.fdn.pl](http://www.dobryrodzic.fdn.pl)

© Jęccis - Fotolia.com  
© OlgaLIS - Fotolia.com

**UWAŻAJ!**



Czasami budzę się w środku nocy. Czasami płaczę, a Ty musisz sprawdzić, czy wszystko ze mną w porządku. Czasami możesz czuć się bezradna... Może nawet przez chwilę jesteś na mnie zła, ale...  
**Proszę, uważaj na mnie...**

Czasem przeszkadam, gdy Ty musisz pracować. Zazwyczaj jesteś cierpliwy, bo rozumiesz, że ja nie wiem, kiedy jest czas na zabawę. Ale czasem się denerwujesz, a wtedy...  
**Proszę, uważaj na mnie...**

Organizatorzy kampanii:



Publikacja została dofinansowana ze środków m.st. Warszawy.

Partnerzy:



E. Bryndak - Jęccis

Czasami nie łatwo jest być rodzicem...

Bycie rodzicem to jedna z najpiękniejszych i najważniejszych ról życiowych. Jednocześnie jest to rola, do której większość rodziców nie czuje się w pełni przygotowana! Niemowlęta i maluchy mogą być bardzo wymagające. Nawet najbardziej kochający i troskliwi rodzice czasem odczuwają frustrację i tracą kontrolę nad własnymi emocjami, co może prowadzić do zachowań krzywdzących dziecko. Wiemy, że większości takich sytuacji można uniknąć!

Fundacja Dzieci Niczyje prowadzi działania mające na celu zapewnienie bezpieczeństwa najmłodszym dzieciom w ramach programu *Dobry Rodzic-Dobry Start*. Ta broszura przedstawia niektóre trudności, jakich mogą doświadczać rodzice. Dostarcza także informacji, gdzie mogą oni szukać pomocy i wsparcia.

### CZY WIESZ, ŻE...?

- Niemowlęta i małe dzieci są niezwykle delikatne i kruche, dlatego też są narażone na większe ryzyko skrzywdzenia niż dzieci w innej grupie wiekowej.
- W pierwszych latach życia dzieci rosną bardzo szybko! Wielu rodziców nie rozumie w pełni zmieniających się potrzeb swoich niemowląt i maluchów. Nie wie także, że pewne zachowania (płacz, bunt) są normalne u małych dzieci.
- Jeśli przeżywający trudności rodzice maluchów otrzymają pomoc i wsparcie, pomoże im to zbudować dobre relacje z dzieckiem, które będą procentować później na kolejnych etapach rozwoju dziecka.

### CZEMU ONO TAK BARDZO PŁACZE?

Pamiętaj, że niemowlaki komunikują się tak jak potrafią – poprzez płacz i śmiech. Jeśli dziecko płacze, nie chce usunąć, to stara się pokazać, że czegoś potrzebuje. Starsze dzieci uciekają od przewijaka, rozrzucają jedzenie, na które nie mają ochoty. Robią to, bo na razie tylko tak potrafią pokazać, co lubią, a czego nie. Ich intencją nie jest zderzenie Cię czy zasmucenie. Niezwykle ważne jest, abyś nauczył/a się rozróżniać potrzeby swojego malutkiego dziecka.

### CZEMU ONA/ON JEST TAKI NIEGRZECZNY?

Większość zachowań, które zwykliśmy uważać za „niegrzeczne”, to naturalne zachowania rozwojowe dwu- i trzylatków. Wszystkie dzieci w tym wieku sprawdzają co im wolno, a czego nie. Starają się zaznaczyć swoją niezależność, irytują się, mają napady złości i płaczu, marudzą przy jedzeniu, negują polecenia i prośby rodziców. Czasami ich zachowania trudno zrozumieć, dlatego często myślimy, że są niegrzeczne lub wręcz złośliwe.

Postaraj się zrozumieć, czemu Twój maluch postępuje w ten sposób. Dzieci badają świat, uczą się niezależności, sprawdzają własne – i Twoje – granice i nie w pełni rozumieją potrzeby innych. Czasami dziecko czuje, że negatywne zachowanie to jedyny sposób przyciągnięcia Twojej uwagi. Warto także pamiętać, że maluchy mają różne potrzeby i osobowości – np. nie wszystkie potrzebują takiej samej ilości jedzenia czy snu, niektóre są bardziej towarzyskie niż inne.

### BUNT DWULATKA

Dzieci w wieku 2–3 lat zmieniają swoje postępowanie, czasami zachowują się nieprzewidywalne, robią rzeczy, które mogą być trudne do zrozumienia i zaakceptowania dla rodziców. Przed ukończeniem 18. miesiąca życia dzieci nie mogą być umyślnie niegrzeczne, gdyż nie chcą zrobić nic złego... Jeśli dziecko odkryje ekscytujące odgłosy plaskania i wzory, jakie tworzy jedzenie spadające na podłogę, z dużym prawdopodobieństwem będzie to zachowanie powtarzać raz za razem. Jeśli się zdenerwujesz, dziecko będzie zdziwione, gdyż nie będzie widziało związku między Twoją złością a swoim zachowaniem.

### PAMIĘTAJ, DZIECI PONIŻEJ 3. ROKU ŻYCIA:

- nie w pełni rozumieją ideę „moje” i „twoje”, więc nie można od nich oczekiwać, że będą się dzieliły rzeczami – to normalne;
- postrzegają siebie jako centrum świata i mogą zachowywać się tak, jakby ich własne, nagłe potrzeby były najważniejsze – to normalne;
- odczuwają swoje emocje silniej niż dorośli i z większą mocą je wyrażają – czasem poprzez napady złego humoru – to normalne;
- maluchy w jednej chwili domagają się niezależności, a już w następnej komunikują potrzebę opieki i troski – to normalne – dopasuj się do nich.