**Teraz ja mówię "nie"!**

Co robić gdy nasz kilkulatek nagle zaczyna mówić: **"nie będę",** **"nie chcę",** lub gdy nie słyszy naszych poleceń? Można sobie poradzić i z małym uparciuchem.

Od pierwszych chwil życia dziecko jest od nas zupełnie zależne. Dziecko przyjmuje posiłki wtedy, gdy je nakarmimy, śpi jak ukołyszemy do snu, bawi się i kończy zabawę wtedy, gdy my o tym zadecydujemy. Problem zaczyna się wtedy, gdy przyzwyczajeni do takiego stanu rzeczy rodzice, nagle usłyszą od ukochanego dziecka: "nie będę", "nie chcę".

Dlaczego w naszym dziecku wzmaga się bunt do świata i panującego porządku, jak sobie z nim poradzić?

**KTO TU RZĄDZI?**

Dziecko rosnąc i rozwijając się zaczyna również dostrzegać pewne zależności życiowe, a także zaczyna mieć swoje zdanie. Najistotniejszą kwestią jest walka o przywództwo.  
Bystry kilkulatek dostrzega swoją moc i słabe punkty swoich rodziców, wykorzystuje to bezwzględnie po to, aby rządzić i decydować o tym ile słodyczy może zjeść, czy ile może siedzieć przed komputerem, albo jak długo może biegać z dziećmi na podwórku. Ćwiczy granice swoje i dorosłych.  
Wie również doskonale jak zwrócić na siebie uwagę, co jest ważne dla rodziców i co może być kartą przetargową.

Dlaczego tak zachowuje się większość dzieci, bo chcą decydować o sobie i swoim życiu, chcą czuć niezależność i własną odrębność, pokazują „oto moja osoba”, to normalny etap w rozwoju dziecka. Słyszy się często o tzw. buncie roczniaka, buncie dwulatka i trzylatka, to właśnie wtedy dziecko jest rozdarte wewnętrznie pomiędzy chęcią bycia ciągle z mamą, a chęcią bycia niezależnym, stąd tyle frustracji  
w małych człowieku.

**JAK SOBIE Z TYM PORADZIĆ?**

Co można zrobić, aby te chwile kiedy dziecko pokazuje swoje **„ja”,** nie przeistaczały się w histerię, ale żeby raczej były pewną nauką?

* Przede wszystkim należy ustalić jasno granice, co wolno,  
  a czego nie.
* Ustalić zwyczaje i rytm dnia w domu oraz pilnować tego rozkładu.
* Nie ustępować pod wpływem emocji i histerii dziecka (dziecko szybciutko to wykorzysta    następnym razem).
* Pokazać dziecku, kto tu rządzi i ustala zasady.
* Pozwolić na samodzielność w sferach, których sobie poradzi np. ubieranie, jedzenie, sprzątanie.
* Chwalić za podjęte próby samodzielności i motywować  
  w sposób: „ale jesteś duży i sam umiesz  sobie radzić”.
* Wykorzystywać chęć bycia niezależnym  
   i samowystarczalnym np. w celu sprzątnięcia zabawek.
* Pozwolić na okazywanie emocji, smutku, rozczarowania, bólu, rozmawiać nie krytykować za łzy.
* Nigdy nie zbywać dziecka i udawać, że go nie ma,  
  za złe zachowanie karcić, za dobre chwalić,  najgorsza jest obojętność na drugą osobę.

Wcześniej czy później każdy rodzic staje przed tym problemem.

Należy sobie uświadomić, że najgorszym sposobem na poradzenie sobie z buntem dziecka jest nie radzenie sobie z własnymi emocjami, nerwy i krzyk tylko pogarszają sytuację.

Straszenie dziecka też nie jest metodą, która poskutkuje na długo i pozostawi  
u dziecka naukę na przyszłość.

Dziecko raczej powinno dochodzić do pewnych rzeczy samodzielnie, powinno wyciągać wnioski ze swoich zachowańi umieć przewidzieć pewne sytuacje.

Pomoże w tym z pewnością konsekwencja rodziców, która pozwala na przewidywalność, poczucie stabilności, znajomość zasad i skutków nieprzestrzegania reguł.  
**Najgorszy w wychowaniu jest chaos i nie kontrolowane emocje dorosłych.**