Granice w procesie wychowania dziecka

Czym są granice
– jest to terytorium, w którym mam poczucie własności, mojej tożsamości
– granica pomaga chronić przed niebezpieczeństwem
– określają co mną jest, a co nie jest
– określają gdzie ja się kończę, a zaczyna się ktoś inny
– budują poczucie tożsamości i odpowiedzialności w stosunku do siebie samego
– kiedy wiem, gdzie są moje granice, wiem, za co jestem odpowiedzialny
– jestem odpowiedzialny za siebie i w stosunku do innych (nie jestem odpowiedzialny za myśli innych ludzi)

Jak określać dziecku stałe granice?
Krok I: słowa
1. Komunikat powinien dotyczyć zachowania dziecka: koncentracja na zachowaniu, a nie postawie, uczuciach lub wartościach dziecka
NIE: Zosiu, nie widzisz, że jestem zajęta?
TAK: Rozmawiam. Stukanie mi przeszkadza

2. Bądź bezpośredni i konkretny: powiedz jasno i krótko czego od dziecka oczekujesz oraz w razie potrzeby kiedy i jak ma wykonać określone zadanie
   NIE: Tylko nie wracaj zbyt późno!
   TAK: Oczekuję, że będziesz o dwudziestej.
3. Mów stanowczo, ale nie podnoś głosu; nie bądź szorstki.
4. Dokładnie określaj konsekwencje.
   NIE: Tylko nie jedź rowerem po ulicy, bo możesz wpaść pod auto!
   TAK: Rowerem możesz jeździć po chodniku lub na podwórku. Inaczej schowam go w garażu.

Krok II: czyny
1. Popieraj słowa działaniem. Słowa są na tyle wiarygodne, na ile potwierdzają je stojące za nimi działania!
2. Reaguj natychmiast, kiedy dziecko idzie się bawić a nie wypełniło swoich obowiązków. „Nie ma zabawy dopóki nie posprzątasz po wcześniejszej zabawie”.