

## Moje dieťa neposlúcha, už neviem čo mám robiť....

Prešla vám daná myšlienka hlavou v poslednej dobe viackrát? Robíte čo môžete, najlepšie ako viete, avšak, stále vaše dieťa neposlúcha. Nápomocné v takomto prípade môže byť pozrieť sa na jednotlivé vývinové štádiá, ktorými si dieťa prechádza, a prispôbiť výchovu danému obdobiu. Okrem toho, prihliadať na povahu akú má vaše dieťa a navnímať čo potrebuje pre to, aby v živote prosperovalo. Ďalším aspektom, ktorý nám môže v tejto situácii pomôcť, je porozumenie toho, prečo sa dané správanie vyskytuje.

### **Za neposlušnosťou dieťaťa môžu byť rôzne dôvody**

#### **1. Odmietnutie a nezhody**

Medzi rodičom a dieťaťom môžu nastávať situácie nezhôd a odlišných pohľadov. Ak svojmu dieťaťu všetko zakazujete a odpoveďou na všetko je NIE, bez toho, aby dieťa rozumelo logickému dôvodu daného zákazu, môže ho to viesť k rebelujúcemu správaniu.

#### **2. Nedefinované hranice**

Ak dieťa nemá stanovené hranice, je to ako hranie spoločenskej hry bez pravidiel. Je to pre neho máť, skúša a hľadá pokiaľ ho ešte pustíte, čo mu ešte dovolíte, kde vlastne tie mantinely sú. Rovnako ako pre dieťa, tak aj pre vás bude výchova jednoduchšia, pokiaľ stanovíte pravidlá, a budete ich dodržiavať. Dieťa tým pádom naučíte, aké dôsledky budú nasledovať v prípade prekročenia hraníc, nežiaduceho správania.

#### **3. Rodinné prostredie**

Do veľkej miery dieťa ovplyvňuje to, v akom rodinnom prostredí vyrastá. Pokiaľ vidí, že nezhody sa doma riešia hádkami, zosmiešňovaním druhého, nerešpektovaním, pokladá to za normálne a preberá jednotlivé vzorce aj do svojho života. Iba slová dieťaťu nestačia, potrebuje vidieť vaše správanie a na základe toho sa učí. Dieťa je ako vaše zrkadlo. Položte si teda otázku, čo v tom zrkadle chcem vidieť? Čo ho mojím správaním učím?

#### **4. Snaha získať pozornosť, kontrolu nad situáciou**

Dieťa môže vnímať, že dostáva nižšiu pozornosť zo strany rodičov, než tomu bolo kedysi. Prostredníctvom reakcií od rodičov sa môže naučiť, že pri nežiaducom správaní je táto pozornosť obnovená, prípadne získa to, čo si zaumienilo. Jeho nežiaduce správanie (neposlúchanie) je odmenené, a tento vzorec sa opakuje. Nakoľko sa dieťa naučilo, že je to účinná stratégia pre dosiahnutie toho čo chce, bude v tom pokračovať.

Dôležité pre nastavenie udržateľnej zmeny a eliminovania nežiaduceho správania je poznať aktuálnu situáciu (aké stratégie pri výchove využívam a nefungujú). Taktiež sa pozrieť na to, akú potrebu si dieťa napĺňa týmto správaním a čo je dôvodom tohto správania.

**Na záver si skúste odpovedať na otázky:**

Čo je spúšťačom nevhodného správania môjho dieťaťa? V akých situáciách sa toto správanie vyskytuje?

Aká je motivácia môjho dieťaťa? Čo chce týmto správaním dosiahnuť?

Aká je moja reakcia na toto nevhodné správanie?

Čo môžem zmeniť v mojom správaní pri interakcií s mojím dieťaťom?

Zdroje:

Končeková, Ľ (2010). *Vývinová psychológia*. Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška.

Navuluri, B. (2023). Disobedient children: causes and how to deal with them. Retrieved from: [https://www.momjunction.com/articles/how-to-deal-with-disobedient-children\\_00710956/#how-to-deal-with-disobedient-children](https://www.momjunction.com/articles/how-to-deal-with-disobedient-children_00710956/#how-to-deal-with-disobedient-children)

Oakland psychological (2023). *How to parent a defiant child*. Oakland Psychological. Retrieved from: <https://www.oakpsych.com/2020/11/13/how-to-parent-a-defiant-child/>