

# Mami, ne maram te več!

*Povzela vzgojitelja: Špela in Matjaž Alič*

Mnogi starši so verjetno že doživeli, da jim otroci rečejo: "Hočem novo mamo!" ali "Nimam te več rad!". Če ste srečni, ste verjetno še slišali "Nisem več tvoj prijatelj!". Kaj odgovoriti na take izjave?

- **"Moje!"**

To je najbolj znana izjava na svetu. Pa če je to borba med brati in sestrami ali prepir s prijatelji, če se dvoje otrok hkrati znajde v istem prostoru ob istem času, bo brez vsakega dvoma prišlo do prepira okoli nečesa. Barvice, peresnica, igračke – otroci bodo občasno namerno jemali tuje stvari, samo da bi izzvali reakcijo. Včasih bodo frustrirani starši na vse odgovorili nekaj podobnega kor "To je moja hiša in tukaj veljajo moja pravila".

### **Boljša reakcija**

Čeprav je skušnjava, da bi otrokom vrnili z enako mero, velika, je veliko bolje enostavno prezreti. To je seveda veliko lažje reči, kot narediti in celo najmirnejši starši kdaj želijo skočiti iz kože in se odzvati z glasnim krikom "Moje!". Če vam je ignoriranje pretežno, se enostavno domislite neki stavek, ki ga boste ponavljali znova in znova, na primer "Žal mi je, ampak stvari si delimo." ali "Lepo, da si tako vztrajen, ampak...".

- **"To ni pošteno!"**

Ni pomembno, če ste jim prepovedali izhod, jih poslali spat ali rekli, da je čas za večerjo – če to ni tudi del otrokovih načrtov, boste dobili odgovor "Ampak to ni pošteno!". Starejši otroci bodo morda dodali tudi kakšno jezno brcanje v vrata ali kujanje med opravljanjem družinskih aktivnosti, kot so, recimo, skupne večerje. Da, zaradi takega obnašanja starši lahko preprosto ponorijo in zelo redki se bodo uspeli pretolči do otrokovega 18. leta, ne da bi vsaj enkrat rekli: "Bo tako, kot jaz rečem, drugače..."

### **Boljša reakcija**

Izkoristite trenutek, ko ste mirni in pojasnite otroku, da s takim načinom ne bo ničesar dosegel. Zaproste ga, da naj svoje želje izrazi na sprejemljivejši način, npr. "Bi se lahko pogovorila o tem?" ali "Mama, to pravilo mi ni všeč". Ko naslednjič vaš otrok znori in začne kričati, da nekaj ni pošteno in da vi niste »fer«, ga lahko samo nežno spomnite, da ste se o tem že pogovarjali in da obstajajo primernejša pravila obnašanja.

- **"Ti nisi moj šef ali ti mi ne boš ukazoval/-a!"**

To je stavek, znan vsem staršem najstnikov in vsak starš najstnika je vsaj enkrat odgovoril s: "Staviš? ali Le poskusi!"

### **Boljša reakcija**

Moder starš se bo za vsako ceno poskušal izogniti verbalnemu dvoboju. Bolje je poskušati odkriti, kaj se skriva za tem uporom – najpogosteje je stvar pri pomanjkanju izbora ali o občutku pomanjkanja. Najbolje se je z otrokom pogovoriti in mu dati nekaj sprejemljivih možnosti na izbiro.

- **“Hočem to zdaj!”**

Zelo malo otrok je potrpežljivih. Tudi tisti, ki ne izgovarjajo “Hočem to zdaj”, skoraj zagotovo izgovorijo nekaj kot “Vsi moji prijatelji to že imajo” ali “Zakaj jaz tega ne morem dobiti”. To seveda obnori starše in vodi do odgovora tipa “Zato, ker jaz tako rečem!” ali “Sploh me ne zanima, kaj počnejo tvoji prijatelji.” Oba odgovora vodita v prepir.

#### **Boljša reakcija**

Lahko ste dosledni večino časa in popustite pred otrokovimi napadi samo enkrat samkrat – to vas bo vrglo nazaj za nekaj svetlobnih let! To je prostor za treniranje živcev: enkrat ali dvakrat recite ne in enostavno ignorirajte vse naslednje zahteve, vključno z izlivi jeze. Imejte v mislih, da je taka vztrajnost vašega otroka lahko dobra stvar: pomislite, kaj mu bo dobra vztrajnost prinesla v življenju.

- **“Nikoli ničesar ne smem početi!”**

Verjetno ni otroka, ki vsaj enkrat ni zacvilil, da nikoli ne sme početi ničesar, kar želi. Na to skoraj ni možno odgovoriti – a starši bodo skoraj zagotovo bili v skušnjavi, da bi svojemu ljubljenu nasledniku rekli, da lahko počne kar želi, ko bo začel hoditi v službo in prispeval za svoj del stroškov. Ali pa bo izpostavil argument: “To je moja hiša in v njej veljajo moja pravila!” oz. »Dokler boš živel pod mojo streho, boš delal po mojih pravilih!«.

#### **Boljša reakcija**

Kaj pa bi vaš otrok počel, a mu ne pustite? Poskusite se pogovoriti z njim – včasih mu je dobro dati malo odgovornosti. In ugotoviti, v čem v resnici je težava.

- **“Sovražim te.”**

Če vam vaš najdražji v jezi ustrelji tak stavek, niste edini. Mnogo starši celo poslušajo, da bi jih morali zamenjati z boljšimi mamami in očeti, ali pa, da jih njihov otrok sovraži. Včasih se je težko upreti reakciji zaradi prizadetosti – ki ni niti najmanj zrela in odrasla.

#### **Boljša reakcija**

Zapomnite si za vedno: ne jemljite tega osebno. Otroci to govorijo, ko so frustrirani ali jezni. To ne pomeni, da ste slab starš. Seveda, ni enostavno slišati tako kritiko vaših starševskih veščin, ampak se morate upreti skušnjavi, da mu odgovorite z enako mero. Tako lahko, če jim npr. odgovorite, da tudi vi njih sovražite, pri njih povzročite hud čustven pretres in vzpostavite nezaupanje do vas, saj bodo mislili, da je to res.

Edina rešitev je, da se umirite in poskušate odkriti pravi razlog otrokovega “streljanja”. In vsekakor pojasnite otroku, kako se počutite, ko on izgubi živce in vam izreče take grde stvari.

VIR:

- <https://zastarse.si/otroci/mami-ne-maram-te-vec/> (besedilo povzeto in prečiščeno s spletne strani zastarse.si)