



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie  
Publicznych i Niepublicznych Żłobków  
i Klubów Dziecięcych

---

*“Dzieci  
-jak i dorośli-  
zachowują się  
lepiej,  
kiedy czują się  
lepiej.”  
Jane Nelsen*

---

SŁÓW KILKA O ...

## PRZYTULANIU

-SKRZYNKA Z NARZĘDZIAMI ŚWIADOMEGO RODZICA-

**P**rzytulenie. Obecność, bliskość i czułość ważnego dla nas człowieka jest źródłem niewypowiedzianego wsparcia.

Czasem jednak zdarza się tak, że w sytuacji kiedy nasze dzieci doświadczają zalewu trudnych i niezwykle silnych emocji nie pozwalają nam zbliżyć się do siebie na więcej niż kilka kroków.

Jeżeli zdarzyło się Wam znaleźć w sytuacji, w której bardzo chcieliście wesprzeć Wasze dziecko, ono jednak szarpane intensywną złością uniemożliwiło Wam podjęcie tego działania, spróbujcie odwrócić role...

Technika, którą chcę teraz zaproponować to jedna z 52 technik Pozytywnej Dyscypliny o nazwie: **POTRZEBUJĘ PRZYTULENIA.**

Fenomen tej strategii opiera się na odwróceniu ról. To nie my, rodzice, chcemy przytulić dziecko ale chcemy, by to ono przytuliło nas. Potrzebujemy przytulenia. I tutaj właśnie tkwi sedno sprawy. Prosząc dziecko, by to ono przytuliło nas przekierowujemy jego uwagę na bycie potrzebnym, na doświadczenie, w którym to ono może wesprzeć nas, nie odwrotnie. Wielu dzieciom taki obrót sprawy pomaga przełamać blokadę przed bliskością.

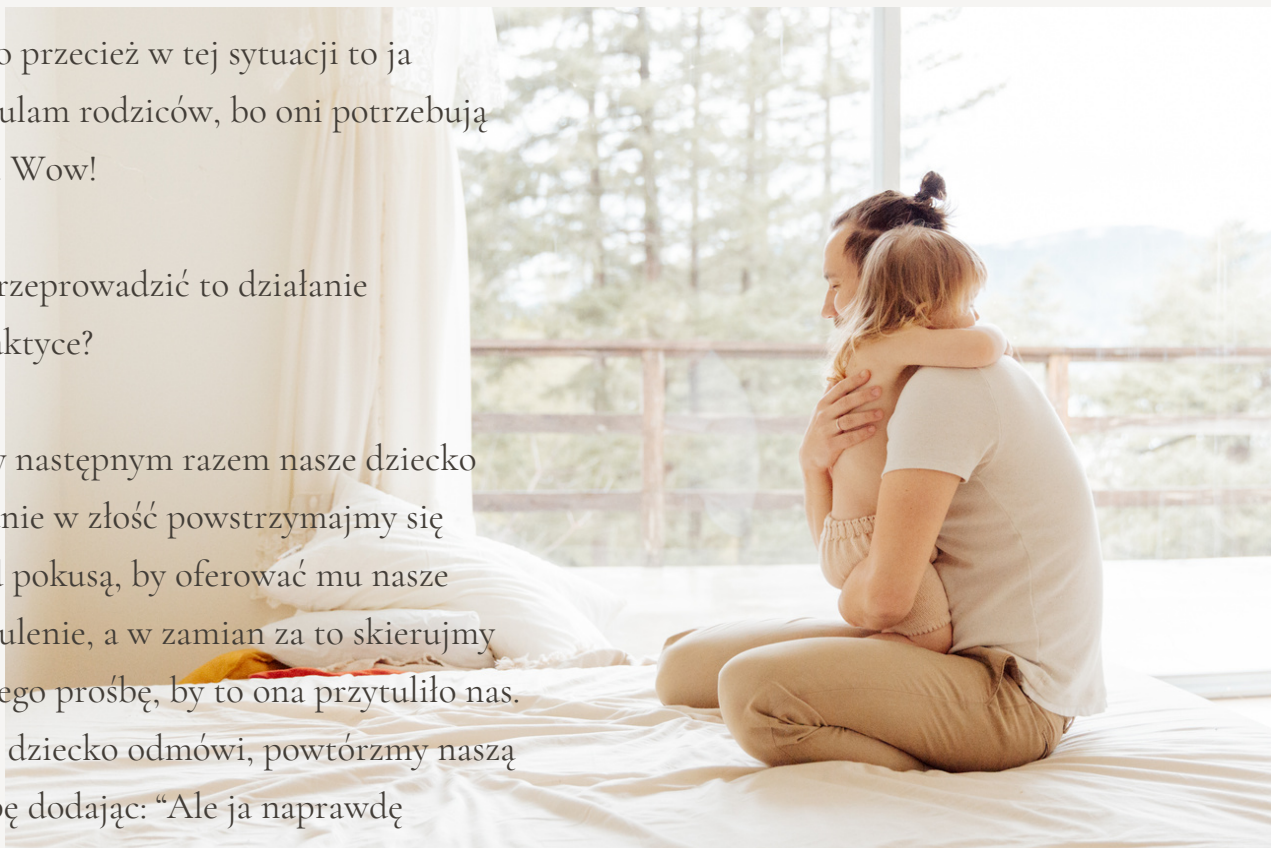
No bo przecież w tej sytuacji to ja przytulałam rodziców, bo oni potrzebują mnie. Wow!

Jak przeprowadzić to działanie w praktyce?

Kiedy następnym razem nasze dziecko wpadnie w złość powstrzymajmy się przed pokusą, by oferować mu nasze przytulenie, a w zamian za to skierujmy do niego prośbę, by to ona przytuliło nas. Jeżeli dziecko odmówi, powtórzmy naszą prośbę dodając: "Ale ja naprawdę potrzebuję bardzo twojego przytulenia." Napotykać na dalszy opór, powiedzmy: "Potrzebuję przytulenia, więc kiedy będziesz mogła mnie już przytulić, przyjdź do mnie, proszę." I wówczas wycofajmy się do naszych zajęć. To, co może wydarzyć się później, może być dla nas pięknym zaskoczeniem.

Zachowując się w ten sposób dajemy dzieciom poczuć, że są ważne, potrzebne, że przynależą i mają znaczenie.

Przekierowujemy ich uwagę z własnej złości na potrzeby drugiego człowieka i mobilizujemy, inspirujemy do udzielenia pomocy.



Jeżeli dziecko nie odpowie na naszą prośbę od razu, uzbrójmy się w cierpliwość i pozwólmy, by czas zrobił swoje. Nasze dzieci są w stanie przyjść do nas nawet po dłuższym czasie. Sama tego doświadczyłam. Warto!

Joanna Wilk,  
Certyfikowana Edukatorka PDA,  
Oligofrenopedagog,  
Nauczyciel Przedszkola

Bibliografia:  
Karty Techniki Pozytywnej Dyscypliny



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie  
Publicznych i Niepublicznych Żłobków  
i Klubów Dziecięcych