**Rolą rodziców i nauczycieli nie jest pilnowanie, by dziecko było ciągle szczęśliwe, ale by dojrzewało, a w tym pomaga przeżywanie żalu, smutku, gniewu, złości, rozczarowania.**

**Nie można chronić dziecka przed tymi przeżyciami. Trzeba nauczyć je, jak sobie z nimi radzić.**

**\* \* \***

**Istnieje ogromna różnica między przyzwoleniem na wyrażanie uczuć, a przyzwoleniem na działanie pod ich wpływem.**

**• Dopóki nie ujawni się „złych” emocji, nie ma miejsca na uczucia „dobre”.**

**• Zmuszanie dzieci do „dobrych” emocji wzbudza w nich uczucia „złe”.**

**• Pozwolenie na ujawnianie „złych” uczuć prowadzi do rozbudzenia „dobrych”.**

**Wszystkie uczucia dziecka można zaakceptować :**

**„*Widzę jaki jesteś wściekły!”***

***„ Jesteś smutna, bo tęsknisz za babcią…”***

***„O nie! Rozwaliła się wieża, którą tak długo budowałeś! Można się zdenerwować!”***

***„ Układanie puzzli może być trudne. Aż 20 kawałków! Można się zniechęcić…”***

**Pewne działania należy ograniczać:**

 ***„Nie pozwalam na bicie.”***

***„ Nie rzucamy klockami.***

**\* \* \***

**Dziecko, tak jak dorosły, potrzebuje zrozumienia, kiedy przeżywa silne uczucia. Nie jest wtedy w stanie nikogo słuchać. Nie przyjmuje rady, pocieszenia ani konstruktywnej krytyki.**

**Najczęściej potrafi pomóc sobie samo, jeśli jest wysłuchane i otrzymuje empatyczną odpowiedź. Tym, czego ludzie w każdym wieku najbardziej oczekują, jest zrozumienie!**

**Przygotowała Małgorzata Przybyła-Pecka na podstawie:**

***„ Jak mówić, żeby maluchy nas słuchały. Poradnik przetrwania dla rodziców dzieci w wieku 2-7 lat.” Joanna Faber, Julie King, Poznań 2017.***