

Idź do

Przykładowy rozdział

Spis treści

Katalog książek

Nowości

Bestsellery

Zamów drukowany katalog

Twój koszyk

Dodaj do koszyka

Cennik i informacje

Zamów cennik

Zamów informacje o nowościach

sensus

Wydawnictwo Helion SA  
44-100 Gliwice  
tel. 032 230 98 63  
e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)

## Bo ja tak mówię! Sprzeczkę rodzinne i jak sobie z nimi radzić

Autor: Lauri Berkenkamp,  
Steven C. Atkins, Charlie Woglom  
Tłumaczenie: Małgorzata Warmińska-Biszczał  
ISBN: 978-83-246-1398-4  
Tytuł oryginału: [Because I Said So!](#)  
Format: A5, stron: 112



### Istna wojna domowa

- Pociski dziecięcych pyskówek
- Ciężka artyleria fochów i dąsów
- Strategie roszczeniowe i taktyki małych naciągaczy
- Nieczysty oręż kłamczucha

Najlepsze sposoby na spacyfikowanie małego szantażysty i zawarcie paktu o nieagresji.

### Jajko mądrzejsze od kury

Zygmunt Freud twierdził, że dzieci nie są zwyczajnie złośliwe - one po prostu są złe. To dość kontrowersyjna teoria, którą jednak zaczynasz traktować całkiem serio przy kolejnym: „Wcale nie!”, „A właśnie, że tak!”, „Mamo, bo ona...!”, „Nie, bo nie”, „Jesteś niesprawiedliwy”. Odrabianie pracy domowej z Twoim dzieckiem to istna droga przez mękę? Rywalizacja rodzeństwa przyprawia Cię o siwe włosy? Każde wyjście do sklepu z zabawkami albo znajomych kończy się awanturą? Skłonienie latorośli do wcześniejszego powrotu do domu przypomina przeciąganie liny? Nareszcie możesz odłożyć walerianę, a w zamian sięgnąć po książkę „Bo ja tak mówię!”. Sprzeczkę rodzinne i jak sobie z nimi radzić.

Autorzy w lekki, ale bardzo pomocny sposób opisują najczęściej spotykane sytuacje konfliktowe pomiędzy rodzicami i dziećmi, kłótnie i denerwujące zachowania, które doprowadzają nas do szału. Przedstawiają także szybkie i praktyczne rady, jak sprostać tym trudnym zadaniom. Wszystkie podobne rozwiązania, przydatne wskazówki i ciekawostki jeszcze niedawno wydawały nam się zupełnie niepotrzebne - do momentu, kiedy zostaliśmy rodzicami. Teraz, patrząc na swoją śpiącą „pociechę”, nie możesz uwierzyć, że może być ona tak egoistyczna, samolubna i rozkrzyczana.

Sprawdź, kiedy Twoja córka jest małą Miss Jekyll, a kiedy panną Hyde. Nie daj się minityranowi w osobie własnego słodkiego synka. Z radością, humorem i książką w dłoni zacznij:

- dogadywać się z dzieckiem w każdym wieku,
- ucinać w zarodku konflikty między rodzeństwem,
- sprawiedliwie dostosowywać karę do winy,
- tłumaczyć drażliwe kwestie,
- przekazywać wartości i zasady moralne,
- uczyć latorośl szacunku do pieniądza,
- wprowadzać w życie pożyteczne gry i zabawy.

**Jesteś rodzicem i to Ty powinieneś kontrolować sytuację!**



## „Właśnie dlatego, że ja tak mówię!”

Otwieramy drzwi samochodu i czujemy się jak we wnętrzu śmieciarki. Wszędzie porzucane plecaki, papierki po cukierkach, stare kartony po sokach i jakieś papierzyska. Wracamy więc do mieszkania i prosimy dzieci, żeby to posprzątały. Zanim jednak skończymy zdanie: „Posprzątajcie w samochodzie”, już zaczyna się dyskusja.

„Dlaczego muszę to robić?”, „Nigdy nie bałaganę w samochodzie”, „W samochodzie wcale nie jest brudno. Można uważać, żeby nie nadepnąć na śmieci”, „W samochodzie jest za gorąco! Będzie mi niedobrze”, „Nie umiem sprzątać. Jestem za mała”.

Nie ma takiego adwokata na świecie, który potrafiłby przekonać nasze dzieci, by zrobiły to, o co je prosimy. Kończy się na tym, że albo sami wykonujemy daną czynność, bo zajmuje to mniej czasu niż dyskusja z naszą małą papugą, albo uciekamy się do naszego ulubionego stwierdzenia: „Dlaczego masz to zrobić? Bo ja tak mówię!”.

Brzmi znajomo? Nie martwmy się — teraz mamy wsparcie. „**Bo ja tak mówię!**”. **Sprzeczki rodzinne i jak sobie z nimi radzić** to książka na temat najczęstszych przyczyn napięć w rodzinie, kłótni i denerwujących zachowań, które doprowadzają rodziców do szału. Znajdziemy w niej praktyczne wskazówki, jak sobie z nimi radzić.

Książka opisuje codzienne utarczki, od głośnej wymiany zdań z powodu pracy domowej do kłótni z dziećmi łamiącymi zakazy czy skarżącymi na rodzęstwo. Znajdziemy tu również gotowe rozwiązania, rady oraz informacje, które wydawały się nam zupełnie nieprzydatne, dopóki nie zostaliśmy rodzicami.



## Jak korzystać z tej książki

Książkę należy traktować jak przewodnik. Przedstawione sytuacje zdarzyły się naprawdę i jeszcze niejednokrotnie będziemy ich świadkami. Rozwiązania oparte są na doświadczeniu i zdrowym rozsądku. Dzięki nim można się przekonać, że sprzeczki rodzinne, które doprowadzają nas do szału, mogą ostatecznie stanowić powód do śmiechu.

Książka została luźno podzielona na sekcje, które odnoszą się do kłótni pewnego określonego typu. Zastanawiamy się, jak uniknąć gróźb, próbując wyegzekwować jakieś zachowania? Zajrzyjmy do **sekcji 1., Róbcie, co chcecie, ja zawracam!**, w której znajdziemy rozwiązania problemów związanych z kłótniami o błahostki, skarżeniem na innych oraz ogólnym zamętem rodzinnym. **Sekcja 2.,**

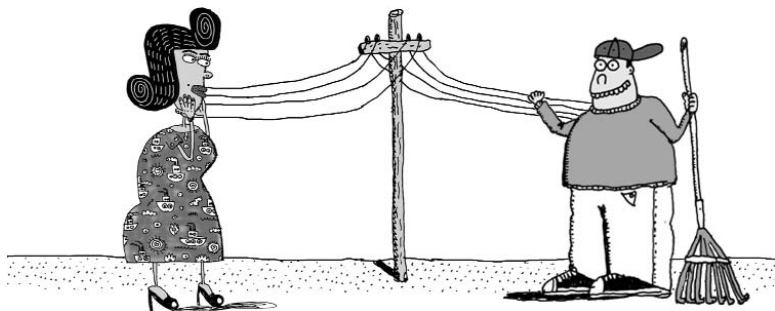
**Nic, tylko zarządzenie**, zawiera rady i sugestie pomagające zachować równowagę w stosunkach panujących w rodzinie oraz jej płynne funkcjonowanie. **Sekcja 3., Zbrodnia i kara**, opowiada o takich chwilach, w których życie, wolność i dążenie do szczęścia kłócą się z zasadami rodzinnymi. Ostatnia sekcja, **Propozycje i pomysły na spokojne życie rodzinne**, to dodatek zawierający rady i pozytywne wskazówki, które podpowiedzą, jak nie dać się zwariować. Znajdziemy tu listę adekwatnych do wieku dziecka obowiązków domowych oraz wzór regulaminu rodzinnego.

## Jak przeżyć sprzeczki rodzinne

Kiedy stajemy twarzą w twarz z buntującym się dziesięcioletkiem, z nastolatkiem targanym burzą hormonów czy ze znajdującym się w fazie negacji raczkującym brzdącem, zawsze starajmy się wykorzystywać umiejętności, które pomogą nam przetrwać trudny czas rodzicielstwa.

**Musimy wiedzieć, co i kiedy mówić.** Czasem najtrudniejszą rzeczą dla dzieci jest uniknięcie konfrontacji, więc ułatwmy im to, ustępując jako pierwsi.

**Bądźmy otwarci na komunikowanie się.** Dziecko może doprowadzać nas do szału, ponieważ chodzi mu po głowie rzeczy, o których nie potrafi jeszcze rozmawiać albo nawet nie wie, że to właśnie one są przyczyną jego zmartwień. Słuchajmy go uważnie i pozwólmy mu się wyżyć lub wytłumaczyć, o co chodzi, zanim



pochopnie odprawimy go z kwitkiem lub zaproponujemy jakieś rozwiązanie. Czasem wszystko, czego mu trzeba, to życzliwa osoba, która je wysłucha.

**Zapominajmy.** Trudno nie oszaleć, kiedy dzieci całe popołudnie kłócą się ze sobą. Ale gdy konflikty miną, przejdźmy nad nimi do porządku dziennego. Dzieci w zdumiewający sposób potrafią w jednej chwili zaciekle ze sobą walczyć, aby w następnej radośnie zająć się czymś innym. Bierzmy z nich przykład i równie szybko odzyskujemy dobry humor. Niech to będzie nasza mała nirwana.

**Bądźmy dla dziecka wzorem.** Jeśli chcemy, aby dziecko służyło nam pomocą, traktowało innych z szacunkiem i w ogóle było dobrym obywatelem swojego świata, pokażmy mu, jak to zrobić. Jesteśmy dla naszego dziecka najważniejszym wzorem do naśladowania, niech więc nasze czyny pokazują mu, na jakiego człowieka chcielibyśmy je wychować.

**Zachowujmy poczucie humoru.** Oczywiście, że nie jest nam do śmiechu w chwili, gdy dzieci skarżą na siebie bez opamiętania, a syn każe sobie płacić za posprzątanie swojego pokoju. Weźmy jednak pod uwagę to, że sytuacje, które doprowadzają nas dziś do szału, za kilka lat przejdą do rodzinnej legendy.

Przede wszystkim pamiętajmy jednak, że choć rodzicielstwo stwarza okazje, żeby codziennie powtarzać: „Bo ja tak mówię!”, można wypracować strategie, które pomogą nam radzić sobie z rodzinnymi niesnaskami i pozwolą cieszyć się z faktu bycia rodzicem, a nie uznawać go za zło konieczne.