

Kiedy dziecko się złości

Każdy rodzic zapewne doświadczył nieraz faktu, gdy uśmiechnięte, zadowolone z siebie dziecko w mgnieniu oka potrafi przeistoczyć się w naburmuszonego złoźnika, który krzyczy, kopie, histeryzuje i niszczy ulubione zabawki. Dlaczego tak trudno nad nim zapanować? Czy jedynym wyjściem jest pójście na ustępstwo?

Dzieciom w wieku przedszkolnym stany takie zdarzają się dość często. Najchętniej „wybucha” w miejscach publicznych: w autobusie, w sklepie, (kiedy odmawiamy kupna upragnionej rzeczy), na ulicy, w urzędach. Często w takich momentach spotykamy się z krytycznymi komentarzami osób postronnych. Nie należy bardzo przejmować się tymi surowymi ocenami. Najczęściej wypowiadają je osoby, które nie mają dzieci. Dobry rodzice wiedzą doskonale, że podobne napady to coś zupełnie naturalnego dla tego wieku. Z biegiem lat te nagłe wybuchy złości stają się coraz rzadsze i zazwyczaj ustają wraz z pójściem dziecka do szkoły. Nie oznacza to jednak, że do tego czasu należy je cierpliwie znosić. Istnieją wypróbowane sposoby na tych malutkich złoźników.

Dlaczego tak reaguje?

- Czasem ze zwyczajnej prozaicznej, przyczyny: może być głodne lub spragnione, może odczuwać jakieś dolegliwości.
- Jest zirytowane. Dziecko pragnie odkrywać otaczający świat i chce to robić samodzielnie, bez niczyjej pomocy. Chce być perfekcyjne, nie zawsze mu to wychodzi. Czasami z braku umiejętności, innym razem „przeszkadzają” mu rodzice, strofując, ustanawiając zakazy. Wtedy malec traci wiarę w siebie.
- Chce pokazać, co czuje. Jednak skromny zasób słów nie pozwala mu określić stanu, w jakim się znajduje i dlatego wybiera najprostszą formę komunikacji – gesty, ton głosu. Tak jak się uśmiecha, kiedy jest szczęśliwe, tak wrzeszczy, kopie, wymachuje rękami, gdy czuje gniew. Wtedy ma pewność, że zostanie właściwie zrozumiany.

Jak można skutecznie reagować?

- Najlepiej zachować spokój, nie podnosić głosu, nie wygrażać palcem, nie szarpać dziecka za rękaw. Z reguły, gdy zaczynamy krzyczeć, dziecko robi to jeszcze głoźniej.
- Nie należy ulegać dla tzw. świętego spokoju. Jeśli ustąpimy i damy przyzwolenie na to, co wcześniej się nie zgadzaliśmy, utwierdzimy dziecko w przekonaniu, że krzykiem może spowodować zmianę naszej decyzji.
- Nie trzeba dyskutować, gdyż podczas dziecięcej hysterii żadne tłumaczenia nic nie dadzą. Dziecko jest wtedy tak zajęte sobą, że nic do niego nie dociera.

Lepiej:

- Zignorować wybuch. Można udawać, że zachowanie dziecka nie robi na Was wrażenia. Często, gdy to zauważymy szybko się uspokoi (może poczuć się zwyczajnie znudzone).

Jak przeciwdziałać?

- Przez pewien czas obserwować napady gniewu dziecka: kiedy występują najczęściej. Jeśli zauważymy, że najczęściej marudzi przed popołudniową drzemką, nie zabierajmy go o tej porze na zakupy czy do znajomych.
- Należy również pamiętać, że jesteście Państwo największym autorytetem dla swojego dziecka. Dziecko przez cały czas obserwuje i próbuje powielać sposób bycia rodziców. Dlatego należy kontrolować własne zachowania.
- Można zaobserwować, z czym dziecko sobie nie radzi – pomóżmy mu, zanim sfrustrowane coś zniszczy lub zaniecha tej czynności.
- Jeśli zauważymy, że jest bliski wybuchu zajmijmy jego uwagę czymś innym.
- Nie ignorujmy potrzeb dziecka.
- Nie szczędźmy dziecku pochwał. Doceniajmy je, gdy ładnie pokoloruje obrazek lub poprawnie się ubierze.
- Trwajmy przy swoich zasadach. Nie zmieniamy zdania. Nie odmawiamy, gdy wcześniej coś obiecaliśmy.
- Nauczmy dzieci wyrażać swoje emocje słowami. Pokażmy, iż krzykiem niczego nie osiągną, a po szczerym „jestem zły” lub „źle się czuję” zawsze mogą liczyć na naszą pomoc.