

DLACZEGO PRZEDSZKOLAKI SĄ „NIEGRZECZNE”?



Kopie, gryzie, zabiera dzieciom zabawki. Większość z nas zna przedszkolaka, który sprawia trudności. Czy jesteś rodzicem, czy nauczycielem w przedszkolu być może masz doświadczenie z przedszkolakiem, który w Twoim odczuciu dosłownie “testuje” Twoje granice. Dziś artykuł, który może podpowiedzieć jak sobie radzić w sytuacjach trudnych z dzieckiem.

Zanim o dziecku...

Dzieci, których zachowanie jest zintensyfikowane jest nam trudniej wspierać, bo wymaga to od nas inwestycji większej ilości zasobów. Staramy się, ale często nasze emocje też dochodzą od głosu. Sytuacja jest o tyle trudna, że im bardziej “niegrzeczny” przedszkolak tym bardziej potrzebuje wsparcia. I tu mamy problem. Bo z jednej strony mamy dorosłego, który czuje, że zaraz wybuchnie z powodu bezradności, złości, przeciążenia. A po drugiej stronie stoi dziecko, które potrzebuje wsparcia równie bardzo jak my i woła o to wsparcie rękami i nogami (choć początkowo może być nam to trudno rozpoznać).

Kiedy dzieciaki wręcz zalewają nas emocjami jest trudniej je zrozumieć, wejść w relację. Skoro u nas jest czerwony alarm to jak gasić pożar na wyspie obok? Jeśli dodatkowo dzieciaki temperamentalnie mają w pakiecie dużą intensywność reakcji, a my zły dzień i masę obowiązków za sobą, to nic tylko dzwonić po wsparcie dla obydwojga. Piszę o przedszkolakach, ale pamiętajmy, że dotyczy to również dzieci w starszym wieku, tylko zachowanie może być manifestowane w inny sposób. Dlatego **pierwszym i podstawowym krokiem jest zauważenie, że u nas jest czerwony alarm.**

Zanim przyjrzyś się dziecku, przyjrzyj się najpierw sobie. Jakie są Twoje zasoby? Z pustego kubeczka nie nalejesz. Ta metafora jest bardzo adekwatna do rodzicielstwa. Kiedy trudne emocje dzieciaków biorą górę, potrzeba im spokojnego opiekuna. Jak się czujesz? Czy zalewa Cię złość? Bezradność? Czy czujesz napięcie? Jakie myśli krążą po Twojej głowie? **Drugi krok**

Jeśli czerwony alarm jest już zażegnany to na spokojnie przyjrzyj się temu, co może wpływać na samopoczucie dziecka. Dlaczego przedszkolak kopie, gryzie, zabiera zabawki? Bo sobie z czymś nie radzi. Zmiana perspektywy i sposobu patrzenia na dziecko często jest kluczem do rozwiązania problemu dziecka. Zamiast: “Dlaczego jest niegrzeczny?” postaw pytanie -> “Dlaczego sobie nie radzi?” Podczas pracy z dziećmi często przydaje się umysł analityka i obserwatora. Warto zacząć od zbadania podstawowych obszarów:

Czy dziecko ma zaspokojone podstawowe potrzeby?

Silne emocje biorą górę, kiedy podstawowe potrzeby nie są zaspokojone. Głód, niewystarczająca ilość snu czy zmęczenie są często punktem zapalnym.

Jak zaczął się dzień naszego przedszkolaka?

U dzieci, tak jak i u nas często wybuch złości jest wynikiem nagromadzonych stresorów, które kumulują się w dziecku od rana. Pośpiech rodzica, zapomniana zabawka do przedszkola. Pozornie błahe sprawy dla dzieci są silnie stresujące.

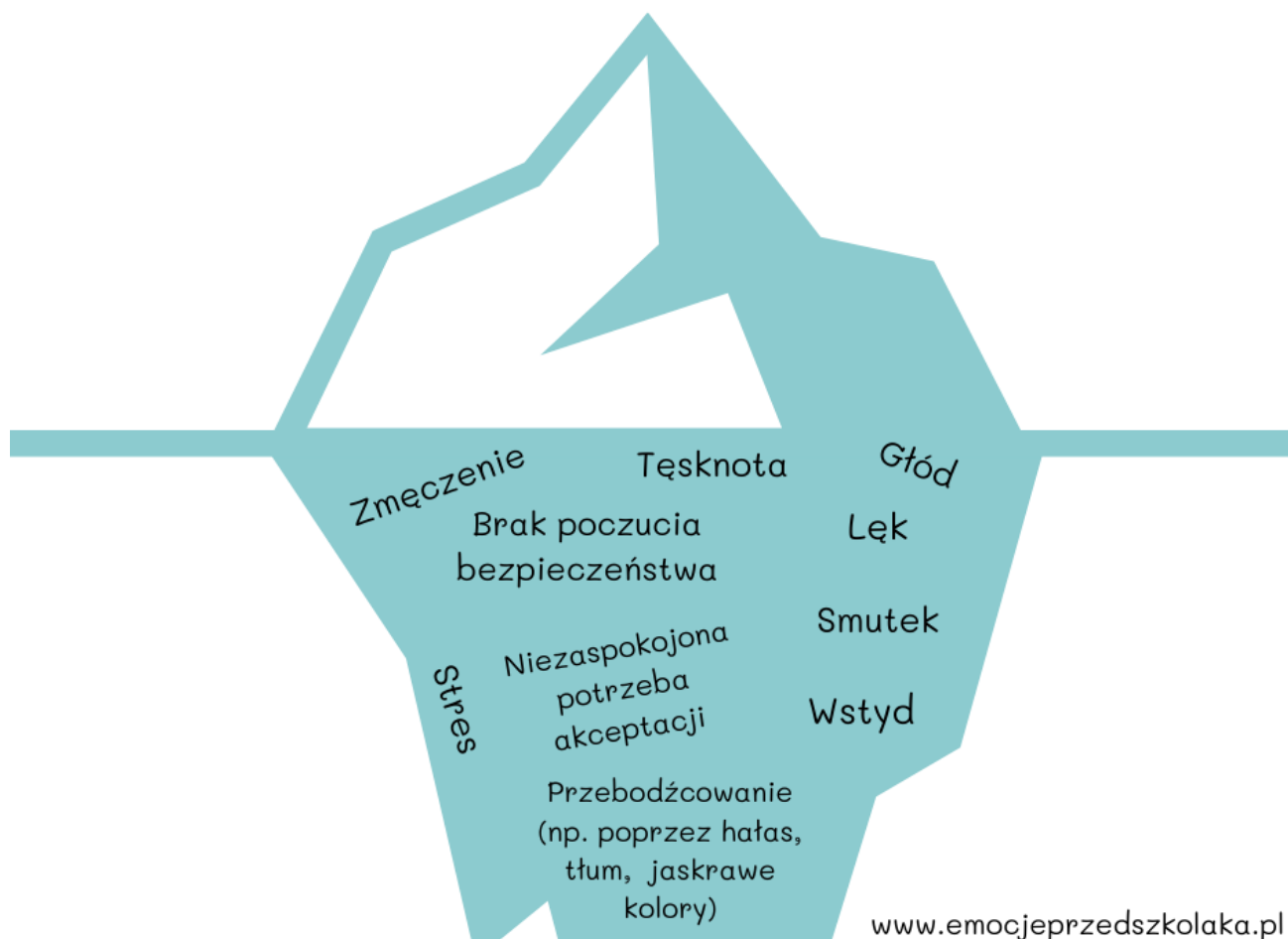
Na jakim etapie rozwoju jest dziecko?

Są momenty w życiu dziecka, kiedy jest mu trudniej, bo mierzy się z innymi rozwojowymi zadaniami. Dziecko może mieć np. nasiloną potrzebę autonomii, która będzie objawiać się w postaci ciągłego obstawania przy swoim. Nie jest to złośliwość w kierunku rodzica, a zjawisko rozwojowe, potrzebne i niezbędne dziecku do wejścia na wyższy etap.

To tylko kilka z pytań z długiej listy, ale chcę nakierować Was na szukanie przyczyn. Nazwanie dziecka „niegrzecznym” i przypisanie mu złych intencji to nasza interpretacja sytuacji, podczas gdy za zachowaniem dziecka może stać naprawdę bardzo wiele przyczyn. Czasem w tym procesie potrzebne jest wsparcie psychologa, ale czasem sama zmiana sposobu patrzenia i perspektywy pomaga we wsparciu dziecka. Wyciągamy lupę i przyglądamy się krok po kroku. Poniżej stworzyłam dla Was infografikę, która może być przydatna w poszukiwaniu innych przyczyn. Przypomina

śledztwo i tak powinno być

CO MOŻE KRYĆ SIĘ POD "NIEGRZECZNYM" ZACHOWANIEM DZIECKA?



Psycholog dziecięcy

Joanna Trafisz