

Vaikas mušasi: kaip teisingai reaguoti, kad tai nepasikartotų?



Dažnai pasitaiko situacijų kuomet vaikai (ypač lopšelinukai) pradeda muštis, stumdytis, kąsti, pešti. Šiuo raidos etapu Jums prireiks kantrybės, meilės ir supratimo. Vaikai nori patikti ir įtikti suaugusiems ir, visų pirma, savo tėvams. Net visai mažutėliai jau būna išmokę, ką daryti galima, ko ne, kas gražu, kas ne ir pan. Labai dažnai vaikai priešinasi neleistinam elgesiui, tačiau didžioji dalis jo yra tiesiog pagalbos šauksmas, kurį privalu atliepti ir pabandyti paaiškinti priežastis ir būdus, kurie padėtų susitvarkyti su esama situacija. Taigi, ką jūs galite padaryti.

Visų pirma, nustokite moralizuoti ir aiškinti, kad taip daryti negalima.

Antra, kviečiu keisti požiūrį iš „mano vaikas yra problema (t.y. mušasi)“ į „MANO VAIKAS TURI PROBLEMA“ (t.y. jis/ji nori man kažką pasakyti, jam/jai reikia mano pagalbos)“ ir kaip aš jam galiu padėti. Pavyzdžiui, dalyvaujate susibūrimė, kur yra panašaus amžiaus vaikų, jie žaidžia, jūs bendraujate su kitais suaugusiais. Žinodami, kad jūsų vaikas mušasi, stenkitės visada būti rankos atstumu nuo jo. Jei staiga vaikas pradėtų mušti kitus vaikus, kąsti ar pešti kitam vaikui plaukus, jūs iškart galėsite sustabdyti tokį elgesį. Išlikite ramūs, giliai kvėpuokite. Paėmę ant rankų savo mažylį paguoskite nuskriaustą vaiką: „*Labai skauda, kai trenkia. Mušti skauda.*“ Tokiu būdu nuskriaustas vaikas jausis suprastas. Kad mušti skauda, girdės ir jūsų vaikas.

Trečia, įvertinkite pagrindinius keturis dalykus:

- gal jis/ji alkanas/ištroškęs/jam/jai karšta/šalta;
- gal jau pavargo;

- gal jam/jai dėl ko nors pikta (pavyzdžiui, vis reikia laukti žaislo arba kas nors vis atima tai, ką jis/ji ką tik pasiėmė, vis verčia dalintis, nors jis/ji dar mielai žaistų tuo žaislu ir t.t.);
- gal pasijuto vienišas, t.y. jam/jai reikia mamos artumo, kad vėl pasijustų saugiai (tokio amžiaus vaikams labiausiai reikia tėvų, ne bendraamžių).

Ketvirta, priimkite ir būkite pasiruošusę atlaikyti jo/jos jausmus. Pavyzdžiui, „*Tau turėtų būti labai negera, kad norisi skriausti kitus vaikus (mamą/tėtį/senelį/močiutę). Tu esi saugus, mama yra šalia. Esu šalia tiek ilgai, kiek tau manęs reikia. Labai tave myliu.*“ Gali būti, kad jis/ji pradės verkti. Kai jautiesi išgirstas (jums visai nebūtina tiksliai žinoti, kas išprovokavo jo/jos norą muštis), tave supranta („Tau turėtų būti labai negera“ yra universali frazė atliepianti vidinį, diskomfortą keliantį jausmą), labai palengvėja, atsipalaiduoja ir per ašaras pasišalina susikaupusi įtampa. Arba „*Tau dygsta dantukai. Didelis darbas auginti dantukus. Suprantu, taip maudžia, skauda, kad, rodos, skaudžiai sutrenkus galvytę palengvėja. Eikš, pasūpuosiu, panešiosiu tave.*“ Vėlgi jūsų paguoda jam/jai labai reikalinga, nes kai maudžia (o dantų dygimas yra nuolatinis maudžiantis skausmas), sunku rasti vietą ar užsiimti bet kokia veikla. Geriausia būna glėbyje pas kantrią, mylinčią mamą..

Penkta, kiekvieną kartą įvykus tokiai interakcijai (jis/ji muša kitą vaiką, mamą/ tėtį/senelius) ramiai patraukite jį/ją iš žaidimo situacijos. Moralo, kad „Taip daryti negalima“ nereikia. Ilgainiui išmoks, kad „jeigu mušu, negaliu žaisti/bendrauti.“

Šešta, naujausi tyrimai atskleidė, kad mušimasis, stumdymasis, kandimas, plaukų pešimas gali būti siejamas su pačia ankstyviausia patirtimi. Kitais žodžiais tariant, įsivaizduokite, kad jūsų vaikas (o ir jūs pats ar bet kuris kitas žmogus) ant pečių nešiojasi kuprinę, į kurią krauna įvairiausias savo patirtis, jausmus. Jis/ji vis įdeda, įdeda, įdeda... O jūs esate šalia ir padedate jam/jai tą kuprinę „pravalyti“. Jūsų ramus, kantrus, meilės kupinas apkabinimas, priglaudimas „gydo“. Vaikas prie jūsų jaučiasi saugus. Jūsų patikinimas, kad jį/ją mylite, priimate tokį, koks yra, guodimas, atveria vaiko giliausius jausmus. Įvardinti, išjausti jausmai „išgaruoja tarsi dūmas“ ir kuprinė tampa lengvesnė. Taigi, sėkmės jums renkantis MEILĘ !

Parengta remiantis psichologe Vilma Petrikiene