

Trudne zachowania przedszkolaka. Jak reagować? Jak prostować, nie raniąc!

Nie aspirujcie, aby mieć dziecko, które będzie się Wam podobało, miejcie szacunek do tego, które macie!
Bruno Bettelheim

Dziecko, podobnie jak dorośli przeżywa swoje problemy. Poddawane jest coraz to nowym próbom i doświadczeniom; kontaktuje się z różnymi osobami ze swojego otoczenia: dorosłymi i rówieśnikami. Zdobywa wiedzę, rozwija swoje sprawności umysłowe i fizyczne. Wśród wielu sytuacji, w których uczestniczy i pełni różnorodne role, są i takie, które zarówno w potocznym języku, jak i w języku psychologii określamy mianem trudnych. Jakie są tego przyczyny? Jak objawiają się trudne zachowania przedszkolaka? Jakie wsparcie zagwarantować dziecku, by poradziło sobie z wyjściem z trudnej sytuacji?

Przyczyny, które mogą powodować u małego dziecka trudne zachowania:

- brak znajomości zasad, jak i brak stałego systemu zasad i konsekwencji;
- trudności w komunikowaniu się;
- zachowanie opozycyjno-buntownicze, czyli celowe łamanie zasad;
- trudne zachowanie wynikające z obecności objawów różnych zaburzeń.

Najczęściej wymieniane przez rodziców i nauczycieli problemy to trudności w zachowaniu dziecka, związane z zaburzoną koncentracją uwagi, nadruchliwością, nadimpulsywnością.

Elementami pracy wychowawczej w zakresie eliminowania trudnych zachowań u małych dzieci, na które dorośli powinien zwrócić uwagę są:

1. Respektowanie norm i zasad.
 2. Stosowanie konsekwencji.
 3. Wydawanie poleceń we właściwy sposób tzn. zrozumiale dla małego dziecka.
- Powyższe zasady wychowawcze wpajane powinny być od najmłodszych lat.

W codziennym obcowaniu z maluchem ważne jest przestrzeganie określonych reguł. Oto one:

1. Respektowanie norm i zasad:

- Zasady formułujemy krótko – im mniej wyrazów, tym łatwiej zapamiętać.
- Zasady formułujemy pozytywnie – są wtedy wskazówkami i nie pokazują innych mniej stosownych sposobów postępowania.
- Dziecko naraz nie przyswaja więcej niż 2–3 zasad. Maksymalnie pamięta około 10.
- System zasad jest dynamiczny, a nie statyczny. Dopasowujemy go do zmieniającej się rzeczywistości.
- Zasady są bronią obosieczną, czyli trzeba ich dotrzymywać, nawet jeśli nie do końca się to nam podoba i nie do końca chce.
- Zasady przypominamy tak często, jak jest to potrzebne.

2. Konsekwencje zamiast kar:

- Dorośli są przekonani, że kara powinna być dotkliwa i przykra po to, by w przyszłości uniknąć powtórzenia sytuacji, która spowodowała karę.
- Stosujemy karę, kiedy czujemy się źli i bezsilni, kiedy chcemy odreagować albo zemścić się za swój wstyd, strach i gniew.
- Kara jest po to, żeby udowodnić, kto tu rządzi.
- Kara może być skuteczna, ale rodzi gniew, strach, chęć odwetu. To nie są uczucia, jakie chcemy wzbudzać w naszych dzieciach.
- Kara czasem jest trudniejsza dla nas. Może także wzmocnić pewne zachowania. Zmniejsza poczucie odpowiedzialności za zachowanie u naszych dzieci.

Dlatego zamiast kar w procesie wychowawczym proponujemy stosowanie konsekwencji:

- Nagradzanie dzieci za pożądane zachowania zamiast karania w sytuacji złego zachowania.
- Ignorowanie zachowania niepożądanego (niewzmacnianie go).
- Wygaszanie – zaprzestanie wzmacniania.

- Przypominanie – natychmiastowe, krótkie, kategoryczne polecenia.

Wiele skutecznych konsekwencji mieści się w trzech grupach:

- zabranie przyjemności, przywileju;
- odesłanie w nudne miejsce;
- zabranie uwagi ważnej dorosłej osoby.

3. Wydawanie poleceń dziecku:

1. Podejdź do dziecka i skoncentruj jego uwagę na sobie (spójrz mu w oczy, lekko dotknij).
2. Przypomnij zasadę w krótkich słowach np. *obiad jemy, siedząc przy stole*.
3. Przypomnij zasadę tyle razy, ile zazwyczaj potrzebuje tego dziecko.
4. Pozostań przy dziecku tak długo, aż zastosuje się do zasady.

6 etapów skutecznego wydawania polecenia:

1. **Podejdź do dziecka.**
2. **Zdobądź jego uwagę (dotknij go, spójrz w oczy, zawołaj po imieniu).**
3. **Wydadź jednoznaczne polecenie w 2-3 słowach**
4. **Poproś dziecko, by powtórzyło polecenie.**
5. **Powtórz polecenie tyle razy, ile założyłeś, poproś by dziecko je powtórzyło.**
6. **Dopilnuj jego wykonania (nie odchodź od dziecka, aż nie skończy!).**

W okresie przedszkolnym występują u dzieci różnego rodzaju lęki i niepokoje.

- Lęk separacyjny – naturalne doznanie pojawiające się w rozwoju większości maluchów. Jest pomocny w prawidłowym rozpoznaniu, co jest dobre, a co złe.
- Lęki różnego pochodzenia np: strach przed lekarzem, złe sny, straszne bajki, ciemność, cienie, burza, wiatr, straszny zwierz.
- Problemy z adaptacją w grupie.
- Trudności z wykonywaniem niektórych zadań.
- Konflikty z rówieśnikami.
- Problemy ze spożywaniem posiłków.

Jak pomóc małemu dziecku w oswojeniu dziecięcych lęków?

- Nie zaprzeczać uczuciom dziecka.
- Nie bagatelizować obaw dziecka.
- Okazać zrozumienie – bezwarunkowe wsparcie.
- Pomóc zapanować nad silnymi emocjami dziecka – *Jestem przy Tobie*.
- Nawiązać pozytywne, przyjazne relacje pomiędzy nauczycielem a dzieckiem i rodzicem.
- Czytać książeczki, np. bajki terapeutyczne, rozmawiać, wspólnie spędzać czas, realizować wspólne rodzinne zainteresowania itp.

Wyrażanie złości - Małe dzieci często się złością, dlatego pomocne może być w tym zakresie opracowanie kodeksu złości, który możemy wspólnie z maluchami dopracować, powiesić w sali/ w domu i przestrzegać.

Jeżeli chcemy coś zmienić w naszym dziecku, należy się temu dobrze przyjrzeć i zastanowić czy to nie coś, co warto zmienić w nas samych.
Carl Jung