

Zrozumie zachowanie upartego dziecka

Na podstawie: R. Forehand, N. Long "Jak wychowywać uparte dziecko?", przeł. J. Sojko, Warszawa 2000

Dzieci czy upór niezadko doprowadza do rozpaczy zarówno rodziców, jak i ich przedszkolne wychowawczynie. Ale co to wła ciwie znaczy, e dziecko jest uparte?

Uparte dziecko zwykle cechuje bardzo silne poczucie niezale no ci. Z jednej strony jest to zjawisko bardzo pozytywne, poniewa osoby niezale ne s zwykle stanowcze, pewne siebie, zdecydowane i wytrwałe. Z drugiej - niezale no ci zwykle towarzyszy nieust pliwio , kłótlivo i buntowniczo . Silna wola upartego dziecka zwykle stoi jednak w sprzeczno ci z tym, co doro li uwa aj za najlepsze dla niego. Dlatego głównym zadaniem osób, pod których opiek trafia takie dziecko jest umiej tne skierowanie jej ku odpowiednim celom.

Wiele typowych cech "uparciucha" ma zwi zek z jego temperamentem, czyli wrodzon skłonno ci do reagowania w okre lony sposób. Na ogół uwa a si , e temperament jest cech wrodzon ka dej jednostki. Prowadzone badania psychologiczne wykazuj jednak, i zachowanie dziecka jest wypadkow temperamentu i stosowanych metod wychowawczych. Dlatego tak trudno rozgraniczy te dwa czynniki warunkuj ce proces wychowania dziecka.

Uwa a si zatem, e u podstaw post powania dziecka le y jego temperament, ale charakterystyczne zachowania dziecka (dobre lub złe) kształtuje dopiero jego wychowanie społeczne.

Główne elementy wychowania to: modelowanie, wzmacnianie i karanie.

Modelowanie mo na zdefiniowa jako uczenie si na przykładach. Mamy z nim do czynienia, kiedy dziecko uczy si zachowywa w okre lony sposób, obserwuj c innych. Przykładem tego jest sytuacja, w której dziecko obserwuje płacz cego rówie nika chc cego dosta ciastko. Je li jego krzyk przyniesie po dany efekt, bardzo prawdopodobne, i dziecko wyniesie z tego stosown nauk dla siebie. Dlatego te tak wa ne jest, aby my sami dostarczali dziecku odpowiednich przykładów zachowa . Je li cz sto b dziemy podczas kontaktów z nim wpadali w gniew, mo emy mie pewno , e w sytuacji własnej frustracji zareaguje ono podobnie. Nie pomo e tłumaczenie, poniewa modelowanie wpływa na dziecko silniej ni słowa.

Wzmocnienie - na ogół przez wzmocnienie rozumie si dawanie dziecku rzeczy (zabawek, słodyczy) w zamian za jego dobre zachowanie. Takie my lenie jest znacznym uproszczeniem. Wzmocnienie ma doprowadzi do powtarzania si pozytywnych zachowa w przyszło ci, ale powinno to by wzmocnienie społeczne (u miech, dotyk, po wi cenie dziecku uwagi), to ono, wbrew pozorom, ma najwi kszy wpływ na zachowanie dziecka. adne pojedyncze wzmocnienie nie b dzie miało jednak znaczcgo wpływu na zachowanie, poniewa działa ono powoli i eby przyniosło zauwa alne efekty, musi si cz sto powtarza .

Karanie - znacznie osłabia wzmacnianie, zwłaszcza je li jest ono stosowane nieumiej tnie. Dziecko musi dokładnie rozumie , dlaczego zostało ukarane. W przeciwnym wypadku kara prowadzi jedynie do powstawania u dziecka frustracji. Je li jednak jest ona stosowana odpowiednio i konsekwentnie, mo e przynie satysfakcjonuj ce rezultaty w wychowaniu upartego dziecka.

Do najcz stszych kłopotów, jakie sprawiaj małe i uparte dzieci, nale : napady zło ci, agresja, problemy z jedzeniem, ubieraniem si , kłamstwa i rywalizacja pomi dzy rówie nikami. W niniejszym artykule opiszemy tylko wybrane problemy. Pierwszym z nich s napady zło ci, którym cz sto towarzysz zachowania agresywne.

Napady zło ci maj okre lony cel, którym jest próba zwrócenia na siebie uwagi lub sposób na otrzymanie upragnionej rzeczy. Je li dziecko ma skłonno do reagowania w ten sposób, nale y d y do ograniczenia cz stotliwo ci i zmniejszenia intensywno ci tych zachowa . Pomóc w tym mog nast puj ce zalecenia:

- chwalmy dobre zachowanie dziecka, ilekro poradzi sobie ono z dan sytuacj w odpowiedni sposób, nie wykorzystuj c płaczu, krzyku i ciskania przedmiotami,
- podejmujmy działanie, zanim rozpocznie si napad, zwykle poprzedza go złe zachowanie (płacz, krzyk)

-
-
- ignorujemy napady złości; nie jest to łatwe, ale daje pewność, że dziecko nie otrzyma za to nagrody w postaci zainteresowania się jego osobą; oczywiście nie polega to na pozostawieniu dziecka samemu sobie,
- starajmy się, aby napad złości nie przyniósł po danych przez dziecko rezultatów w postaci np. uniknięcia czegoś, tylko dlatego, że dziecko krzyczy i płacze,
- nie pozwólmy wyprowadzić się z równowagi; nigdy na dziecko w takiej sytuacji nie krzyczymy,
- po ataku złości ci nie wracajmy do tego; nie roztrząsajmy,
- dajmy dziecku do zrozumienia, że rozumiemy jego zdenerwowanie, ale dopiero wtedy, gdy się uspokoi. Można wtedy powiedzieć: "Przykro mi, że był tak strasznie zły, ale takie zachowanie nie jest dobrym rozwiązaniem"; dziecko w wieku przedszkolnym potrafi już zrozumieć taki komunikat,
- z czasem może uczyć się dziecko wyrażania swoich uczuć za pomocą słów; kiedy dziecko nabierze w tym wprawy, ataki złości ci staną się coraz rzadsze.

Wiele upartych dzieci bije, popycha, gryzie, rzuca różnymi przedmiotami, aby osiągnąć określony cel. W późniejszym wieku tego typu agresja słabnie, ale najczęściej zastępuje ją agresja słowna. Dlatego warto pracować nad tym, aby zredukować tego typu zachowanie jeszcze w dzieciństwie. Istnieje na to kilka sposobów:

- podobnie jak w przypadku napadów złości, chwalamy malucha, kiedy swoją frustrację rozładowuje w sposób nieagresywny,
- kiedy kryzys mija, uczymy dziecko innych, niż agresja zachowania. Począwszy od trzeciego roku życia możemy udzielać takich na przykład rad: "Jeśli jesteś zły, weź głęboki oddech i przyjdź ze mną porozmawiać"; z czasem dziecko nauczy się stosować te metody,
- ograniczajmy, i prośmy o to również rodziców dzieci, oglądanie nieodpowiednich programów telewizyjnych,
- starajmy się, aby malec nigdy nie osiągnął drogi swojego celu; jeśli zabrał innemu dziecku zabawkę, kategorycznie musimy zażądać jej zwrócenia,
- natomiast, bez żadnego ostrzeżenia stosujemy "minuty karny" (polegają one na pozostawieniu dziecka na kilka minut w jakimś nudnym miejscu i niezwracaniu na niego uwagi); ostrzeżenie dziecka jest w rzeczywistości darem dla niego,
- okazujemy dziecku, że rozumiemy jego złość, ale jednocześnie nie dajmy mu do zrozumienia, że takie zachowanie nie będzie akceptowane. Możemy wtedy powiedzieć: "Wiem, że był zły, ale nie wolno Ci nikogo uderzyć, nawet jeśli nie wiem jak byłby wściekły".

Współuczestniczenie w wychowywaniu upartego dziecka nie jest zadaniem łatwym. Jeśli jednak nie podejmiemy żadnego działania, trudno ci z jego zachowaniem będzie narastały i zaowocują poważnymi problemami w szkole. Powyższy artykuł jest jedynie sugestią, wskazówką dla bezsilnych rodziców i wychowawców "małych uparciuchów".