

Ką daryti, jei vaikas muša kitus?

Praktiniai patarimai tėvams

Kartais ir patys mažiausi vaikai ima rodyti fizinę agresiją. Tėvų ir auklėtojų nerimas visiškai suprantamas. Gali kilti įvairūs klausimai: “Kas atsitiko su mūsų vaiku, kad jis blogai elgiasi?”, “Gal mes kažką darome ne taip?”, “Kodėl mūsų vaikas muša kitus, jei nei mes patys mušamės, nei vaiką mušame?”, “Iš kur išmoko vaikas taip elgtis?”, “Ką daryti toliau?”, ir pan.

Visų pirma, visiškai normalu, kad net ir labai maži vaikai ima elgtis netinkamai. Net ir labai ramaus būdo vaikai, būdami 2 – 3 metų amžiaus, keičiasi, pereina į raidos etapą, kada pagrindiniu uždaviniu tampa siekis būti kuo savarankiškesniu. Atliekant mokslinius tyrimus pastebėta, kad ypač prieš antrąjį vaiko gimtadienį gali suaktyvėti agresyvus elgesys. Nekreipiant į tai dėmesio ar netinkamai reaguojant, jis gali užsitęsti ir toliau, tokiu būdu atsirandant vis didesnių sunkumų.

Tėvystės psichologijos, knygų apie auklėjimą autorių (Adele Faber, Elaine Mazlish, 2019) teigimu, pats svarbiausias yra tiesioginis ryšys tarp to, kaip vaikas jaučiasi ir kaip elgiasi. Jei vaikas jaučiasi blogai, jis elgiasi blogai. Galbūt vaikas buvo:

- Išsigandęs,
- Nuliūdęs,
- Sunerimęs.

Neretai taip nutinka negavus, ko norėjus (žaislo, knygos, dėmesio, žaidimo ir pan.).

Ką daryti suaugusiems?

- *Įdėmiai klausyti(s)*. Nepriklausomai nuo vaiko kalbos išsivystymo ar žodyno platumo, jis visais būdais bando parodyti, kaip jaučiasi. Pritarkime ir palaikykime, tam labai tinka žodeliai “aha”, “hmm”, “mhm”, “taip”.

atsakomybės jausmo lavinimą. To pasieksime mokydami įvairiose situacijose reikalingos drausmės. Drausmė yra ne kas kita, o išorinė riba, reikalinga vaikų vidinėms riboms ugdyti. Pasak psichologų Dr. Henry Cloud ir dr. John Townsend, drausmė suteikia vaikui saugumo jausmą, kol jo charakteris sustiprėja, kad galėtų apsieiti be jos. Gerai taikoma drausmė visada skatina vaikus išsiugdyti vidines nuostatas ir prisiimti daugiau atsakomybės. Brėždamas ribas kitiems vaikai privalo mokėti ir turėti stiprybės pasakyti: „Ne“, „Aš nesutinku“, „Aš to nedarysiu“, „Verčiau susilaikysiu“, „Liaukis!“, „Man skauda“, „Tai neteisinga“, „Tai yra blogai“, „Man nepatinka, kai tu prie manęs lietiesi“ ir pan. Svarbiausia savo pavydžiu vaikams rodykime, kas yra teisinga, kaip gerbti savo ir kitų ribas.

Štai keletas praktinių pastebėjimų ir patarimų. Juos galite taikyti namuose kiekvieną dieną:

- ❖ Elkitės taip, kaip norėtumėt matyti savo vaiką elgiantis. Tai išties nėra lengva, kada vaikas jau turi įsisenėjusių sunkumų, demonstruoja netinkamą elgesį – gali būti sunku išlikti ramiems. Tačiau visgi savo pavyzdžiu stenkitės kantriai rodyti tai, ką norėtumėt matyti ir savo vaiką darant. Kitaip tariant, darykite tai, ką norite, kad darytų jūsų vaikas. Matydami netinkamai elgiantis, dažnai įsikišame per šurkščiai, sudrausminame per garsiai. Tai nusiunčia vaikui dvigubą signalą: agresyviai elgtis negalima, bet su manimi taip elgiamasi. Būna, kad ir tėvai įsivelia į konfliktus ir pradeda aiškintis tarpusavyje. Vertėtų įsidėmėti – vaikas mokosi ne vien iš žodžių, o daugiausia iš pavyzdžio.

- ❖ Vaikai daug geriau mokysis gero elgesio, jei būsite ramūs, griežti, bet tuo pačiu švelnūs ir viską paaiškinsite žodžiais. Ramiai sakykite vaikui: „Skauda, kai tu muši kitą. Faustas verkia (bėga nuo tavęs), nes jam nepatinka, kai tu mušiesi.“ Guoskite ir palaikykite „auką“. Tai ypač tinka grupėje darželyje. Skatinkite, kad skriaudžiamas vaikas išmokytų garsiai pasakyti „ne“, „negalima“, „baik“. Jei jūsų vaikas nuskriaudė kitą, išmokykite jį paguosti: priglausti, nuraminti, paglostyti ir pan.

- ❖ Mokykite ieškoti alternatyvų. Kai vaikas trenkia, jis puikiai supranta, kad nori bendrauti. Jis nori pasakyti: „Einame žaisti“, „labas“, „pasislink“, „neimk mano žaisliuko“ ir pan. Jeigu bent kiek numanote, ką vaikas nori pasakyti savo elgesiu, padėkite ir įvardykite tai.
- ❖ Niekada nepalikite vaikų vienu ir visą laiką juos stebėkite, kad prireikus galėtumėt padėti jiems komunikuoti. Ypač būkite budrūs, jei įtariate, kad vienoje ar kitoje situacijoje vaikas gali trenkti / kąsti. Jei matote, kad vaikas jau pakėlė ranką, sulaikykite ją ir pasakykite: „Sakyk Aleksui: „Labas.“ Jei pagaunate jau supykusio ranką, sakykite: „Neleisiu tau mušti levos. Jei pyksti, taip ir pasakyk: Aš piktas!“ Ši rekomendacija tinkama ir auklėtojoms organizuojant veiklą grupėje.
- ❖ Išmokite numatyti vaiko elgesį. Jei vaikas trenkė vieną kartą, tikriausiai trenks ir antrą. Būkite budrūs, kad galėtumėte jam padėti išmokti bendrauti kitaip. Kuo dažniau jam padėsite, tuo greičiau jis išmoks.
- ❖ Ieškokite aplinkybių, kuriose vaiko elgesys būtų tinkamas. Galbūt pastebėjote, kad vaikas ima muštis tam tikrose situacijose ar susitikęs tam tikrus vaikus. Galbūt jam geriau sekasi bendrauti su vienu vaiku, o ne didelėse grupėse. Galbūt jam geriau sekasi lauke, o ne patalpoje. Didesnė tikimybė, kad vaikas trenks, yra tada, kai jis pavargęs arba alkanas. Galbūt jam užtenka su kitu vaiku pabūti pusvalandį, o po jo jis praranda savikontrolę. Jeigu stebėsite savo vaiką ir / arba pasikalbėsite su tais, kurie su juo leidžia daug laiko, galėsite pastebėti, kada jam sekasi geriausiai. Tada sudarykite jam tokias sąlygas.

Kadangi vaikas turi labai daug sužinoti ir išmokti apie žmones, jausmus, tinkamą bendravimą, mokymasis nesimušti gali užtrukti. Svarbu išlikti ramiems ir kantriems. Palaikykite vaiką, visada pagirkite už teigiamą elgesį. Taip pat aiškiai duokite suprasti,

kad nepalaikote neigiamo elgesio. Pasistenkite būti griežti, bet kartu teisingi ir atjaučiantys. Vaikas turi aiškiai suprasti ir žinoti, kad netinkamas elgesys nėra priimtinas, nėra palaikomas, tačiau būtent – vaiko *elgesys*, o ne vaiko jausmai ar pats vaikas.

Linkiu sėkmingai įveikti kilusius sunkumus.

Jei turite klausimų, rašykite psichologei: psichologe.puriena@gmail.com

Susisieksime ir sutarsime dėl tolimesnių konsultacijų.

Psichologė Gintarė Petrylienė

l/d "Puriena"

Šaltiniai:

* H. Cloud, J. Townsend. Boundaries: When to Say Yes, When to Say No-To Take Control of Your Life. 2004

* A. Faber, E. Mazlish. Kaip kalbėti su vaikais, kad jie klausytų ir kaip klausyti, kad vaikai kalbėtų. 2019

* J. Rumpf. Rėkia, pešasi, viską gadina. 2004

* R. Žukauskienė. Raidos psichologija. Integruotas požiūris. 2012

* [Eglė Kuraitė-Žičkė. Vaikų konfliktai darželyje – kaip juos spręsti? - Bernardinai.lt](http://bernardinai.lt)

* [Vaikystės sodas – emocinis intelektas, XXI a. kompetencijos, pozityvi disciplina, kontekstinis ugdymas \(vaikystes-sodas.lt\)](http://vaikystes-sodas.lt)

* Managing and Resolving Conflicts Effectively in Schools and Classrooms, 2006, http://www.crededucation.org/resources/resolving_conflicts/files/index.html

* [Kvėpavimo pratimai vaikams – Logopedės puslapis \(google.com\)](http://google.com)