

Тръшкането при децата и как да реагираме като родители

Автор: Нели Василева-Стефанова- специалист по ранно детско развитие, детски и семеен психолог



Тръшкането на детето е често срещан проблем във възрастта 1 – 3 години, а при някои деца и в по-късна възраст. Според повечето психолози, тръшкането започва с етапа, в който детето открива своята индивидуалност, опитва се да построи свои правила и да покаже, че вече не е просто пеленаче, което е изцяло зависимо от родителите си. Като добавим и личния темперамент, никнештите зъби, нарастващата потребност да привлича внимание и това, че детето все още не може да говори, но вече съзнава какво иска, без да има умението да го изрази, то изпада в гневни изблици, с които цели да покаже мнението и желанията си и да отстои своите позиции. Затова и не бива да пречупваме опитите на детето да изрази и отстои себе си. Важно да разберем, че проблемът не идва от това, че детето се опитва да отстои себе си. Проблемът е в начина, по който детето отстоява себе си. Ролята на родителя е да го насърчи да има собствено мнение и да го заявява и отстоява, но да научи детето как е уместно да става това. Крясъците и въргалянето по земята определено не са начин за заявяване и отстояване на себе си и детето е важно да научи това. Колкото по-рано го научи, толкова по-добре.

За да се отучи детето от тръшкането и гневните изблици е много важна Вашата реакция като родители. Не му се карайте, не го обвинявайте и не му се гневете – винаги помнете, че то е просто малко човече, което сега се учи и е нормално не всичко да се получава по най-добрия начин от първия път. Просто му покажете кое поведение толерирате и кое не и ако му подавате ясни и

недвусмислени сигнали, детето бързо ще се ориентира и ще се поправи.

Психолозите съветват, че най-важно е **адекватното** родителско поведение.

Ето най-разпространените погрешни родителски реакции на детските гневни изблици:

1. Говорите му успокоително, за да му мине. Грешка!

Изобщо няма да му мине от спокойния ви глас. Със същия успех можете да си мълчите – няма да е нито по-нешастно, нито ще допринесете по-малко за приключване на крясъците му, а дори има вероятност да сте по-ефективни, докато не говорите. Когато му говорите успокоително, детето разбира, че според вас то е в правото си да реве и крещи, и усеща, че ви е страх да реагирате по-твърдо. Това го кара да плаче по-дълго, понеже то вижда шанс да ви накара да направите това, което иска.

2. Опитвате се да го убедите, че не трябва да крещи, че не е в правото си, че това, което иска е забранено, защото...Грешка!

Детето въобще не се интересува **защо** е забранено нещо или какви са плановете на родителите му за прекарване на деня. То иска да получи веднага желаното (предмет или внимание) и въобще не се интересува какво мислите вие. Отново, ще допринесете повече, ако мълчите. Обяснение трябва да се даде, но не по време на тръшкането, а едва когато детето се е успокоило напълно и е видяло, че тръшкането не дава резултата, който то желае. Най-добре е по-късно през деня да се обясни отказа.

3. Опитвате се да залъжете детето, като забранявайки му нещо, му предлагате друго на негово място (играчка например). Грешка!

Детето трябва да разбере, че тръшкането не е приемлив вариант на реакция, и да му дадете играчка (само и само да се успокои) е равносилно на награда, за това, че се е тръшкало. А то отлично знае, че му давате **не каквото иска**, затова често не приема поднесения подарък. А вие го поднасяте едва ли не като извинение, че сте разстроили детенцето. Не го залъгвайте с нищо друго. Вниманието му трябва да остане върху първоначално желаното нещо. По този начин, комбинирайки съсредоточеността му върху исканото с липсата на резултат от тръшкането му ще го научите, че тръшкането няма да доведе до желаните резултати.

4. Детето се тръшка известно време (5 секунди или 20 минути) и накрая му давате каквото иска. Грешка!

Най-голямата ви грешка! По-лоша трудно ще допуснете в подобна ситуация. Да, вие си мислите „Детето толкова крещя, плака, толкова е нещастно... горкото! Аз съм ужасен родител, че така го карам да страда, а то само искаше.... И за да се покажете добри, давате на детето това, за което е плакало. Какво разбира детето от това? Разбира, че **ако плаче достатъчно дълго, ще получи каквото иска**,

независимо какво иска. Тук вече родителите стават лоши, а не когато му забраняват. Работата на родителя е да определя правилата, да поставя необходимите ограничения и да решава какво ще се случва.

5. Не е нормално да „играете“ по правилата на детето, нормално е то да следва вашите.

Не е нормално да го свиквате, че ако крещи и плаче, ще получава, каквото иска в живота. Не трябва и да си подкопавате авторитета, като му позволявате да прави каквото си иска. Ако вас не слуша, кой може да го контролира?

6. Не се мислете за лоши родители, само защото възпитавате детето си и се стараете да направите разумна личност от него.

Много родители правят най-голямата грешка при възпитанието - именно с позволяването на абсурдни неща, само и само то да не плаче. Не може да се съгласявате с всичките му желания, особено след като сте наясно, че на 2-4 годишна възраст желанията на детето се сменят непрекъснато.

И за финал – не забравяйте, че детето Ви е дете, а не възрастен човек и няма как да очакваме да подхожда разумно и осъзнато като възрастен. Сега му е позволено да поплаче и да се поинати. Ако не го направи сега, то кога – като порастне ли? 😊 Не се сърдете на детето и не го укорявайте. Просто спокойно му покажете, че така не става и с рев и тръшкане нищо полезно няма да получи. Като се успокои, го гушнете и си поговорете и имайте търпение, докато то се научи. Успех!