

Konkretne rozwiązania codziennych problemów – drażnienie się i przezywanie

Zastanów się nad tym

Drażnienie się dzieci ze sobą to normalny sposób eksperymentowania z relacjami społecznymi i badania, w jaki sposób one funkcjonują. Czasami może to być niewłaściwa próba zdobycia władzy lub ukrucia emocjonalnego zranienia, a także oznaka nerwowości, nieśmiałości bądź zagobienia. Tak jak w przypadku wszystkiego innego, czego dzieci muszą się nauczyć, zrozumienie siły własnych słów i nauczenie się jej poprawnego wykorzystywania wymaga czasu.

Co robić?

- **Pozwól dzieciom to załatwić.** Jeżeli dziecko, z którym drażnią się inni malcy, to nie przeszkadza, i nie padają żadne niewłaściwe lub wulgarne słowa, to można taką sytuację uznać za nieszkodliwą dziecinadę. Na razie się nie angażuj. Obserwuj dzieci, aby sprawdzić, czy potrafią sobie samodzielnie poradzić z zaistniałym problemem.
- **Nauczaj.** Wyjaśnij, czym jest drażnienie się z innymi, i dlaczego jest to zachowanie niewłaściwe. Odwróć uwagę malca od konkretnych słów, podkreślając ogólną nieodpowiedniość takich postaw. Powiedz, że osobą drażniącą się z innymi postępuje niegrzecznie, nawet jeśli nie ma takiego zamiaru.
- **Przekierowuj uwagę.** Przerywaj drażnienie się dzieci i zmieniaj temat. Przekierowuj uwagę malców na grupową zabawę wymagającą współpracy, na przykład budowanie konstrukcji z klocków lub zabawę grami planszowymi.
- **Uczyń z tego domową zasadę.** „Nie wolno drażnić się z innymi”. Umieść kartkę z tą zasadą w widocznym miejscu, obok innych najważniejszych punktów domowego regulaminu.
- **Naucz dziecko, które ktoś drażni, w jaki sposób ma się bronić.** Przedyskutuj z malcem na osobności kilka sposobów zniechęcania drażniącej się osoby. Przykładowo, zasugeruj, aby dziecko śmiało się z uszczypliwych komentarzy, ignorowało ich autora lub wyrażało swoje niezadowolenie w postaci zdecydowanej wypowiedzi. Daj malcowi odczuć, że jeśli nie może sam poradzić sobie z sytuacją, to może zwrócić się o pomoc do ciebie.

Czego nie robić?

- **Nie ignoruj przypadków drażnienia się dorosłych z dzieckiem.** Upewnij się, że nikt z dorosłych w rodzinie nie dokucza dziecku. Często dorośli uważają, że takie zachowania są zabawne, i zakładają, iż malcy myślą podobnie. Dzieci mogą nawet reagować śmiechem i zachowywać się tak, jakby drażnienie się z nimi sprawiało im przyjemność, ale tak naprawdę rani to ich uczucia. Dzieci będą potem naśladować postępowanie rodziców i dokuczać innym dzieciom, tak jak im dokuczano.

- **Nie zakładaj, że dziecko drażniące się z innymi jest złe.** Za niewłaściwym zachowaniem mogą się kryć takie emocje jak zażenowanie lub nerwowość. Sprawdź, czy jesteś w stanie ocenić, co się naprawdę dzieje, zanim zaczniesz pouczać malca. Kiedy zrozumiesz przyczynę danego zachowania, będziesz mógł się nią zająć i nauczyć dziecko sprawniejszego radzenia sobie z negatywnymi emocjami.
- **Nie upokarzaj dziecka publiczną reprimendą.** Przerwij dziecku, kiedy słyszysz, że się z kimś drażni. Zabierz malca na bok i porozmawiaj z nim w cztery oczy. Stanowczo przedstaw swoje stanowisko dotyczące takiego zachowania. Zażądaj przeproszenia skrzywdzonego dziecka, po czym pozwól malcowi wrócić do zabawy.
- **Nie zapomnij kontrolować wpływu mediów.** Zwracaj uwagę na to, jakie programy ogląda dziecko. W niektórych z nich humor opiera się na sarkazmie i pognębieniu innych osób, a zachowania takie są „nagradzane” salwami śmiechu. Twoje dziecko może zacząć przejmować takie wzorce i włącza obserwowane techniki do swojego repertuaru.

Źródło: *Dyscyplina bez płaczu* Elizabeth Pantley