

## Moje dziecko jest uparte

Dziecięcy upór nierzadko doprowadza do rozpaczki zarówno rodziców jak i ich przedszkolne wychowawczynie.

### Ale co to właściwie znaczy, że dziecko jest uparte?

Uparte dziecko zwykle cechuje bardzo silne poczucie niezależności. Z jednej strony jest to zjawisko bardzo pozytywne, ponieważ osoby niezależne są zwykle stanowcze, pewne siebie, zdecydowane i wytrwałe. Z drugiej – niezależności towarzyszy zwykle nieustępliwość, kłótniowość i buntowniczość. Silna wola upartego dziecka zwykle stoi jednak w sprzeczności z tym, co dorośli uważają za najlepsze dla niego. Dlatego głównym zadaniem osób, pod których opieką (rodzice, opiekunowie, wychowawcy) jest takie dziecko, jest umiejętne skierowanie ku odpowiednim celom.

Wiele typowych cech „uparciucha” ma związek z jego temperamentem, czyli wrodzoną skłonnością do reagowania w określony sposób.

Na ogół uważa się, że temperament jest cechą wrodzoną każdej jednostki. Prowadzone badania psychologiczne wykazują jednak, iż zachowanie dziecka jest wypadkową temperamentu i stosowanych metod wychowawczych. Dlatego tak trudno rozgraniczyć te dwa czynniki warunkujące proces wychowania dziecka. Uważa się zatem, że u podstaw postępowania dziecka leży jego temperament, ale charakterystyczne zachowania dziecka (dobre lub złe) kształtuje dopiero jego wychowanie społeczne.

Do najczęstszych kłopotów, jakie sprawiają małe i uparte dzieci, należą: napady złości, agresja, problemy z jedzeniem, ubieraniem się, kłamstwa i rywalizacja między rówieśnikami.

Napady złości mają określony cel, którym jest próba zwrócenia na siebie uwagi lub sposób na otrzymanie upragnionej rzeczy. Jeżeli dziecko ma skłonność do reagowania w ten sposób, należy dążyć do ograniczenia częstotliwości i zmniejszenia intensywności tych zachowań. Pomóc w tym mogą następujące zalecenia:

- chwalić dobre zachowanie dziecka, ilekroć poradzi sobie ono z daną sytuacją w odpowiedni sposób, nie wykorzystując płaczu, krzyku i ciskania przedmiotami
- podejmujemy działanie zanim rozpocznie się napad, zwykle poprzedza go złe zachowanie (płacz, krzyk)
- ignorujemy napady złości: nie jest to łatwe, ale daje pewność, że dziecko nie otrzyma nagrody w postaci zainteresowania się jego osobą – oczywiście nie polega to na pozostawieniu dziecka samemu sobie,
- starajmy się, aby napad złości nie przyniósł pożądanych przez dziecko rezultatów w postaci, na przykład, uniknięcia czegoś, tylko dlatego, że krzyczy i płacze,
- nie pozwólmy wyprowadzić się z równowagi – nigdy na dziecko w takiej sytuacji nie krzyczymy,
- po ataku złości 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 byłeś tak strasznie zły, ale takie zachowanie nie jest dobrym rozwiązaniem, – dziecko w wieku przedszkolnym potrafi już zrozumieć taki komunikat,
- z czasem możemy też uczyć wyrażania swoich uczuć za pomocą słów: kiedy dziecko nabierze w tym wprawy, ataki złości 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 zachowania jeszcze w dzieciństwie.

### **Istnieje kilka sposobów:**

- podobnie jak w przypadku napadów złości chwalić malucha, kiedy swoją frustrację rozładowuje w sposób nieagresywny,
- kiedy kryzys mija, uczymy dziecko innych, niż agresja zachowań. 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 tę metodę,
- ograniczamy oglądanie nieodpowiednich programów telewizyjnych,
- okażmy dziecku, że rozumiemy jego złość, ale jednocześnie dajmy mu do zrozumienia, że takie zachowanie nie będzie akceptowane. Możemy wtedy powiedzieć: „Wiem, że byłeś zły, ale nie wolno Ci nikogo uderzyć, nawet, jeśli byłeś wściekły”.

Współuczestniczenie w wychowaniu upartego dziecka nie jest zadaniem łatwym. Jeśli jednak nie podejmiemy żadnego działania, trudności z jego zachowaniem będą narastały i zaowocują poważnymi problemami w szkole.

Powyższy tekst jest jedynie sugestią, wskazówką dla często bezradnych i bezsilnych rodziców oraz wychowawców małych uparciuchów.

Opracowała: Jolanta Nowakowska