

*„To miał być zwykły dzień, ale było zupełnie inaczej... jak zwykle poszłam z moim dzieckiem na zakupy – a tu nagle moja pociecha rzuca się na podłogę pośrodku supermarketu, zaczyna płakać, wrzeszczeć i domagać się kupna lalki... – zupełnie nie wiedziałam co zrobić. Stałam jak osłupiała i z niedowierzaniem patrzyłam na to, co robi moje dziecko...”*

Czy to zachowanie powinno niepokoić – czy wymaga konsultacji ze specjalistą? Jak się zachować? Co robić? Jakich używać komunikatów? – takie pytania najczęściej kierują rodzice dwulatka do specjalisty.

Bunt dwulatka, bo o tym będzie traktował poniższy artykuł stanowi nie lada wyzwanie dla rodziców malucha. Pojawia się między 18 a 26 miesiącem życia dziecka. Jest zjawiskiem naturalnym wynikającym z uświadomienia sobie przez dziecko, że ono i mama to dwie różne, odrębne osoby. Proces ten wiąże się z początkiem kształtowania indywidualności dziecka i pierwszymi próbami okazywania przez nie swojego zdania. Dziecko coraz chętniej pragnie podtrzymać swoje zdanie, pragnienia, czy pomysły. Warto jednak podkreślić, że jednocześnie nasza pociecha odczuwa silną potrzebę bliskości i więzi z nami. Zatem te dwie sprzeczne tendencje wywołują w dziecku silne napięcie, które dość często znajduje swoje ujście właśnie w postaci złości. Złość to uczucie niosące ze sobą dużą energię, z którą dziecko nie zawsze potrafi sobie poradzić w sposób akceptowany społecznie. Zachowania, które potocznie nazywamy buntem dwulatka to nic innego jak pierwsze, często nieumiejętne próby radzenia sobie właśnie ze złością. A więc co robić, a czego warto unikać w takiej sytuacji?

- ✓ Po pierwsze – spokój, spokój, spokój – opanuj swoją złość, wstyd i irytację – to co robi Twoje dziecko jest zachowaniem całkiem naturalnym i typowym w tym wieku rozwojowym. Zatem wszelkie próby straszenia go np. słowami „zaraz Cię tu zostawię”, „zobaczysz, ta Pani Cię zabierze” – nie dadzą pożądanego rezultatu; to co warto – to zachować spokój; nie martw się też tym co powiedzą inni ludzie – istnieje duże prawdopodobieństwo, że oni też borykali się z takimi zachowaniami dzieci;
- ✓ Po drugie – mów do dziecka spokojnym, ale stanowczym tonem; używaj bardzo krótkich komunikatów, to nie moment na długie tłumaczenia, monologi dorosłych. Pamiętaj – Twoje dziecko ma jeszcze dość krótką zdolność skupienia uwagi – zatem, gdy Twoja wypowiedź będzie dłuższa niż dwa zdania – i tak tego nie usłyszysz;
- ✓ Po trzecie – wyjaśniaj - sytuacja wymaga omówienia z dzieckiem, ale dopiero jak się uspokoi; pozwól dziecku w warunkach dla niego komfortowych i bezpiecznych przetrwać napad złości – dopiero gdy się uspokoi i Ty też drogi rodzicu – możecie omówić całą sytuację;

- ✓ Po czwarte – uprzedzaj dziecko o wydarzeniach – zatem jeśli wybieracie się do sklepu i obawiasz się, że sytuacja wymuszania na Tobie określonych zachowań może się powtórzyć – działaj zanim maluch zacznie przejawiać trudne dla Ciebie zachowanie. Zatem przed wyjściem na zakupy – zobowiąż małego człowieka, by zapamiętał choć jedną rzecz, którą musicie kupić. Powiedz krótko: *„Idziemy na zakupy, pamiętaj, by kupić chleb”*. Przydatne może okazać się również zaproszenie dziecka do bycia Twoim pomocnikiem już w sklepie. Poproś dziecko, by podawało Ci określone produkty. Po wyjściu ze sklepu pochwal swoje dziecko: *„Podawałeś mi w sklepie produkty – możesz być z siebie dumny. To się nazywa pomagać mamie/tacie”*.
- ✓ Po piąte – w sytuacjach nagłego wybuchu złości pomaga odwrócenie uwagi dziecka i skierowanie jej na inny przedmiot, wydarzenie;
- ✓ Po szóste – reaguj – gdy mały człowiek w momencie gdy się złości, zaczyna kopać, bić inne dzieci/dorosłego – wymaga to natychmiastowej reakcji ze strony rodzica. Zatrzymaj zachowanie dziecka – i powiedz *„Widzę, że bijesz kolegę – to boli, nie zgadzam się na takie zachowanie! Jeśli nie przestaniesz – zabiorę Cię z placu zabaw do domu”*. Gdy dziecko pomimo takiego komunikatu dalej bije – dotrzymaj słowa i zabierz dziecko z placu zabaw. Jeśli tego drogi rodzicu nie uczynisz – dziecko dostaje komunikat – że Ty tylko straszysz, rzucasz słowa na wiatr i jesteś niekonsekwentny. Dalsza rozmowa wyjaśniająca dziecku, dlaczego tak nie wolno się zachowywać powinna odbyć się, dopiero gdy dziecko się uspokoi;

Drodzy Rodzice – pamiętajcie, że tylko opanowanie, spokój, cierpliwość, czas poświęcony dziecku, by czuło się ważne i Wasza konsekwencja w jego wychowywaniu pomogą Wam przetrwać nie tylko okres buntu dwulatka. Pamiętajcie, że wychowywać to znaczy kochać, ale też wymagać! Powodzenia!

Literatura godna polecenia: „Język dwulatka” – Tracy Hogg, Melinda Blau;