Поради психолога:

“Чому діти кусаються і що з цим робити”

МТВ

Приходить час, коли батьки стикаються з агресивною поведінкою дитини, яка часто проявляється кусанням.

"Одна з "тих" адаптацій до садочка (рідше – до школи) – кусання", – пояснює психолог і перераховує ймовірні причини такої поведінки дитини.

1. Звичайно, неприємно, коли вихователь в садочку розповідає про те, що ваша дитина когось укусила. Звичайно, страшно, коли ми бачимо укус у своєї власної дитини. "Кусання – не норма", – запевняє психолог. Але його причини можна цілком пояснити. Важливо пам'ятати, що іноді кусаються чудові діти і у найлюблячих та інтелігентних батьків.

2. Якщо в групі (в родині) є діти, у яких мова добре розвинена, і дітки, які тільки освоюють мовні навички, старша (чи та дитина, яка більше "говорить") здійснює "вербальний" тиск – молодша або та, хто в слабшій позиції, намагається урівноважити ситуацію відповідним "каналом", буквально – "ротом".

У відповідь на грубість, тиск, якщо він не може пояснити власні думки і потреби, якщо не може впоратися з емоціями – він кусає того, кому не зміг протистояти.

Порада: розібратися, в чому був тиск "потерпілого", що спровокувало напругу. Дитині, яка кусає, звичайно, ми говоримо, намагаючись розпізнати його потреба, ти хотів сказати про те, що ...? Можливо, ти розлютився, тому що ... і вкусив ...? Кусатися і робити боляче нікому і ніколи не можна. Давай ми помажемо, погладимо руку, плече і т.д. Йому боляче. І скажімо (важливо вимовити фразу, яка відповідає відчутій, вгаданій або з'ясованій потребі дитини).

3. Дитина кусає, викликаючи на контакт. У певних сім'ях покусування один одного – це прояв ніжності. Батьки від

надміру почуттів покусують ніжно дитину. Маленька дитина не може проконтролювати силу свого впливу і може від захвату, ніжності сильно вкусити свого друга/подругу.

Порада: пам'ятати, що кожна наша дія закріплюється у дитини, як норма поведінки. Якщо ми розуміємо, що це не прояв агресії – пропонуємо дитині спосіб, як по-іншому висловити почуття. Схоже, для конкретної дитини – це тілесний спосіб. Але ми привчаємо дитину все ж ставити питання – можна тебе обійняти (або в групі навчаємо знакам-питанням), можна поцілувати, взяти за руку та інше. До цього до дитини самі намагаємося частіше доторкнутися.

4. Дитина захищає територію. Малюки, як і маленькі звірята, використовують оборонну поведінку – шкірять зуби, гарчать, відстоюють свою територію і це цілком "природно".

Порада: позначити і часто повторювати правила: не б'ємося, не кусаемся, нікому не завдаємо шкоди, не робимо боляче, чуже без дозволу не беремо. Ми маємо право себе захищати, говорити про те, що нам неприємно, просити про допомогу, якщо самі не можемо впоратися. Вчимося говорити про те, чого хочемо. Дитина може кусатися, якщо не має іншого способу захистити власні кордони. Дорослим важливо бути дбайливими і уважними, щоб допомогти дитині навчитися відстоювати власну територію коректним способом.

5. Дитина кусається від перенапруги і перезбудження.

Порада: пам'ятати, що з перезбудженням дитина справляється, як може – хтось плаче, хтось бігає, хтось кричить, хтось б'ється, хтось кусається. Нам важлива уважність, щоб вчасно пограти з дітками в "стукалки зубами, як від холоду", поплескати в долоні, потупати, потримати ручки під водою, випити води, пограти в ігри з

попеременною напругою і розслабленням м'язів, потанцювати та інші.

6. Якщо ми помічаємо, що щелепи дитини стиснуті, тоді даємо їй гризти яблука, сухарі, спостерігаємо за тим, наскільки взагалі вона може розслабити м'язи, чи дозволяє вона собі проявляти емоції.

7. Дитина кусається (про всяк випадок). Якщо дитині небезпечно – віона перебуває в стані постійної готовності реагувати на реальну або уявну небезпеку. Вона постійно перебуває в оборонній позиції.

Порада: насамперед, створити для дитини безпечне середовище. Для певних дітей в садочку занадто гучно, активно, багатолюдно, немає можливості усамітнитися, душно, страшно попроситися в туалет.

8. Емоційні реакції дитини часто "нелінійні". Дитину міг образити старший або молодший брат/сестра, міг покарати батько. Свою напругу дитина може "повернути" випадковій людині, яка буде перебувати в слабшій позиції.

Порада: пам'ятати, що після 4 років дитина точно знає, що кусатися – це, як мінімум, погано. Ми пам'ятаємо, що в цьому віці контролю над імпульсами ще немає. Але якщо такі прояви часті, нам важливо досліджувати причини напруги дитини. У практиці часті випадки, коли на дитину вдома кричать, а вона, не дозволяючи проявляти вербальну агресію, замінює її "мовчазним" кусанням.

9. Хитрість або маніпуляція. "У мене в практиці було кілька діток, які кусалися, щоб їхніх батьків викликали в садок і їх швидше забрали додому", – наводить приклад експерт.

Водночас психолог радить батькам звернути увагу на поведінку дитини. Тому що прояву агресії можуть бути

МТВ

"органічні причини" – якщо поведінка дитини не коригується, важливо звернутися до фахівця.

Порада: для профілактики перетворюємо дитину (і себе) на будь-яку тварину, веселим гавкотимо один на одного, ричимо, нявкаємо, скалимо зуби. А потім перетворюємося на людей. (Завершуємо будь-яку гру завжди з ролі людини).

Граємо в ігри, в яких дитина могла б навчатися контролю. Наприклад: зла, добра рука ("зла рука" готова вдарити, напружена, "добра" – готова погладити, розслаблена), перетворюємо дитину в крижинку (він напружує м'язи), а потім пригріває сонечко, і крижинка тане.

"Непродуктивно і не можна бити дитину у відповідь на кусання, кусати у відповідь, закривати їй рот, кричати", – підсумувала психолог