Władca absolutny

Mówi się, że rozwój przebiega falami. Bunt dwulatka to pierwszy sztorm. Jego gwałtowność bardzo nas porusza, czasem tak bardzo, że gubimy kurs. Nie wiemy, czy mamy dziecku ulegać, czy uzbroić się w żelazną konsekwencję.

Tekst **KATARZYNA ZEH** i **ALEKSANDRA KSOKOWSKA-ROBAK**, psycholożki z poznańskiej Pracowni HUMANI

Wszystko szło zgodnie z planem: najpierw huśtawka, potem zjeżdżalnia, picie w kubeczku z kaczuszką i chrupki – po jednej do rączki. Uff, niczego nie pomyliłam. O nie! Jedna chrupka spadła na ziemię! Zaraz się zacznie! UUUUAAAAAAAAA!!!!! JA CHCĘ MOJĄ CHRUPKĘ!!! Dostaniesz drugą, taką samą! Nieeeeeeeeee! CHCĘ MOJĄ CHRUPKĘ! O Boże, znowu wszyscy na mnie patrzą! Dać mu to paskudztwo obtoczone w piachu i mieć na chwilę spokój, czy nie dać się sterroryzować?

Każde z rodziców chciałoby, żeby jego dziecko stało się wreszcie samodzielne. Jednak proces, który do tego stanu prowadzi, jest bardzo trudny. W drugim roku życia dziecko zaczyna rozumieć, że ma wpływ na otoczenie. Zaczęło chodzić, często własnymi drogami, wie, do czego służy łyżka i że jeśli głośno zapłacze, to może dostać chrupkę...

Nie wszystko można

Mały Władca w pewnym momencie przekonuje się jednak, że jego władza ma granice. Wyznaczają je mama i tata. I są jeszcze granice własnej niemożności. Jedne i drugie złoszczą.

Nie wolno: wybiegać na ulicę, szarpać psa za ogon, bić kolegi łopatką, wspinać się na regał.

Nie uda się: trzymać wszystkich zabawek naraz, dogonić balon, który uciekł na wietrze, wlać z powrotem do kubeczka rozlane na podłogę mleko.

Nie można: sięgnąć po czekoladkę ze sklepowej półki, będąc przypiętym w wózku. Skleić potłuczonej bombki. Każda z tych sytuacji to dla Władcy Absolutnego dramat.

Skąd ta złość?

Układ nerwowy dwulatka jest jeszcze niedojrzały. Dziecko wie już, że chce, ale nie zawsze wie czego. Albo wie, czego chce, ale nie umie tego przekazać. Dziecko chce często kilku sprzecznych rzeczy naraz: spać i bawić się, przytulić się i uderzyć mamę, zrobić coś samodzielnie i w towarzystwie. Dwulatek chce być niezależny, a jednocześnie na każdym kroku doświadcza tego, jak bardzo jest zależny i jak potrzebuje pomocy dorosłych. I to go złości. Niejeden rodzic doświadczył tego, jak jego dziecko rączkami się przytula, a nogami kopie i jak on sam, przygarniając je, jednocześnie zaciska zęby.

FOT. GETTY IMAGES/FPM, ISTOCKPHOTO

Czas próby

Rodzice muszą teraz nauczyć się trudnej sztuki stawiania granic. A dziecko – respektowania ich. W dodatku dziecko uczy się teraz, że niekiedy warto o coś zawalczyć, jeśli bardzo mu na tym zależy. Zdobywa bardzo ważną umiejętność mówienia „nie". Uczy się także, że czasem warto się powstrzymać od wyrażania złości oraz że złość mija.

Kiedy do psychologa?

Gdy czujemy, że sytuacja nas przerasta. Gdy boimy się wyjść z dzieckiem. Gdy czujemy, że tracimy władzę w domu i kontrolę nad sobą. Wreszcie, gdy jako rodzice nie możemy się dogadać, jak reagować na te wybuchy.

W czym pomoże rodzicom?

- Wytłumaczy, co w zachowaniu dziecka jest naturalne, wynika z jego temperamentu.
- Pomoże przerwać „rodzinny taniec" wokół rozzłoszczonego dziecka i wprowadzić nowe sposoby porozumienia i reagowania w trudnej sytuacji.
- Podpowie, jak współpracować ze sobą tak, by jak najlepiej zgrać swoje działania wychowawcze.
- poradzi, jak wspierać się wzajemnie w trudnych sytuacjach związanych z dzieckiem.

Co można **zrobić?**

- Uznać, że dziecko staje się samodzielne, chce samo decydować.
- Przyjąć za naturalne, że złość się w życiu pojawia. To normalne i potrzebne, że człowiek (dwulatek również) się złości.
- Pozwalać na poznawanie świata, dać czas na zabawę, dbając o bezpieczeństwo. Dzieci wpadają często w złość, gdy przerywa się im nagle zabawę.
- Planować z pewnym marginesem czasowym wyjścia na plac zabaw, nie urywać nagle wieczornych rozrywek.
- Nie zabraniać dzieciom czegoś tylko „dla zasady" – zapewne nic złego się nie stanie, jeśli dziecko poukłada po swojemu pudełka w kuchennej szafce albo tym razem ulepi bałwanka z błota i kamieni.
- Zachować stały rytm dnia – pory posiłków, drzemki, spaceru, kąpieli, pójścia spać. Często dzieci złoszczą się, gdy są głodne, zmęczone, przegrzane lub mają zbyt wiele wrażeń w jednym dniu. Stały rytm w ciągu dnia pozwala dwulatkowi czuć się bezpiecznie, przewidzieć, co będzie się działo, i zaakceptować decyzje dorosłych.
- Gdy pojawia się wybuch złości – wziąć najpierw samemu trzy głębokie oddechy. Poczekać, zapewnić bezpieczne warunki. Nazwać, co się dzieje: „Widzę, że się bardzo rozzłościłeś, głośno płaczesz, uderzasz ręką o chodnik", powiedzieć, co zamierzamy zrobić: „To niebezpieczne, przeniosę cię na trawę" lub „Płaczesz już długo, teraz wezmę cię na ręce i włożę do wózka", i zrobić to.
- Sprawdzać co jakiś czas, czy dziecku przeszło: „Już się uspokoiłeś?".
- Można podsuwać inne sposoby rozładowania napięcia – dla jednych dzieci będzie to pobieganie, a dla innych przytulenie pluszaka. W takich emocjonujących chwilach warto pamiętać, że dzieci czasami odgrywają dla nas „przedstawienie" – im bardziej dramatycznie rodzice reagują, tym bardziej dramatycznie dziecko „gra". Sposobem może być usunięcie dziecka ze „sceny" lub siebie z widowni i ograniczenie ilości widzów – wyprowadzenie dziecka z pokoju, odejście na bok, zasłonięcie widoku na inne osoby. To ograniczy bodźce i umożliwi uspokojenie się.

Reklama