



Crtice iz bilježnice psihologa

(Što kažu, što kažu stručnjaci?)

Broj 1
studeni
2024.

NA ŠTO MI UKAZUJE DJETETOVO PONAŠANJE?

Dr Nancy Buck, specijalistica o pitanjima roditeljstva u najnovijem broju časopisa THE INTERNATIONAL JOURNAL OF CHOICE THEORY & REALITY THERAPY Vol. 44 (1), Fall 2024. podsjeća nas da djetetovo ponašanje trebamo tretirati kao njegov jezik kojim nam pokušava kazati što se s njime zbiva. Svojim aktivnostima pokušava nam poručiti kako razmišlja i kako se osjeća i kako (moguće) očekuje neku promjenu u našem odnosu prema njemu. Drugim riječima, (moguće) očekuje da mi o njemu razmišljamo drugačije i da ga emocionalno drugačije doživljavamo, i u konačnici, da u našim drugačijim postupcima dobije ono što mu zapravo nedostaje.

Koliko je snažno vjerovanje da je posao roditelja kontrolirati svoje dijete? Kontrolirati partnera, suradnika...? Po bilo koju cijenu? I što nam donosi pokušaj kontrole druge osobe? Kome je tada dobro?

„Pokušaj kontrole ponašanja djeteta, ili bilo čijeg ponašanja ... je ludost! Jedino ponašanje osobe koje netko može kontrolirati je njegovo/njezino. Ali to ne znači da bi roditelji trebali ignorirati ili odobravati loše ponašanje svog djeteta. Umjesto toga, počnite razmišljati o djetetovom ponašanju kao o njegovom jeziku.

Zamislite dijete na igralištu koje maltretira drugu djecu. Dok tuče drugo dijete možda govori „Budi mi prijatelj!“. Ovo nisu radnje koje će privući drugu djecu da se igraju s njim, ali ono drugima govori što želi. Umjesto da kažnjavamo ovo dijete za neposlušnost, ono što mu treba je netko tko će ga naučiti učinkovitijem i odgovornijem ponašanju kako bi mu pomogao da stekne i zadrži prijatelje.“

Dakako, svako ponašanje je svrhovito, ali nije svako ponašanje učinkovito. Drugim riječima kazano, našim ponašanjima ne dobivamo uvijek ono što želimo i što nam je potrebno.

Dječak koji maltretira drugu djecu na igralištu želi da se prijatelji i druga djeca igraju sa njime. Ali njegovo zadirkivanje, ruganje i iritiranje druge djece samo privlači negativnu pozornost, i ne pomaže mu da stekne prijatelje ili da oni odluče provesti bilo koje vrijeme sa njime. Njegovo maltretiranje je namjerno, ali nije učinkovito. Ovom djetetu treba pomoć da nauči kako steći i zadržati prijatelje.

Uzmimo primjer bebe koja plače. Roditelj zna da je bebin plač svrhovit. Beba vam svojim jezikom govori da postoji nešto što treba i želi. Nijedan roditelj nikada ne bi optužio svoje dijete koje plače da se loše ponaša. Bez da su poučeni, većina roditelja zna da kada beba plače, to ima svrhu. Naš cilj je otkriti koja je to svrha i pomoći bebi da dobije ono što ona treba.

Što da roditelj radi kad se dijete počne, po roditeljevoj procjeni, neprihvatljivo ponašati? N. Buck savjetuje nas:

Kada se dijete počne loše ponašati, nemojte se baviti tim ponašanjem kao da je to problem vašeg djeteta. Dječje loše ponašanje je problem roditelja ili odrasle osobe, a ne problem djeteta. Dakle, prvo počnite s uočavanjem problema djeteta. Što djetetu nedostaje? U čemu je njegova frustracija? Postoji nešto što vaše dijete želi, a ne zna kako to postići na drugi način osim lošim ponašanjem. Nakon što naučite što vaše dijete želi, naučite ga kako da to i postigne odgovorno, s poštovanjem i učinkovito. Počnite tako što ćete pitati svoje dijete što ono želi.

Nakon što shvatite što vaše dijete želi, pitajte je ga li voljno naučiti kako dobiti ono što želi odgovorno i s poštovanjem? Velike su šanse da će ono reći da. Međutim, shvatite, nije da ono želi naučiti biti odgovorno i puno poštovanja. Ono samo i jednostavno želi ono što želi i učinit će sve što je potrebno da to dobije.



Crtice iz bilježnice psihologa

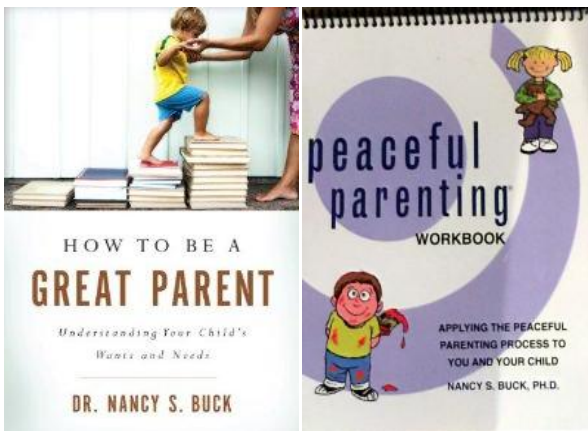
(Što kažu, što kažu stručnjaci?)

Broj 1
studeni
2024.

Stranica 2.

Naša je zadaća poučiti dijete kako da na djelotvoran i odgovoran način dobije to što želi i treba.

N. Buck godinama je proučavala (vidjeti i njene knjige *How to be a Great Parent*, *Peaceful Parenting Workbook*, *Why Do Kids Act That Way*) odnose roditelja i djece, te temeljem svoga iskustva preporučuje roditeljima da djetetu postavljaju pitanja u onim okolnostima kada procjene da se dijete neprihvatljivo ponaša.



Istraživanje djetetovih želja postavljanjem pitanja N. Buck vidi kao prvi korak kojim djetetu pokazujemo da ga vidimo i čujemo, da ga poštujemo i da nam je važno kako mu je.

Želje nas mogu voditi prema nečemu što je još važnije, a što djetetu (možda) nije zadovoljeno:

do **DJETETOVIH POTREBA**

- Koje potrebe našeg djeteta moguće nisu zadovoljene kad se ono neprihvatljivo ponaša?
- Ima li dovoljno ljubavi i pripadanja?
- Osjeća li da ga čujemo, vidimo, uvažavamo?
- Ima li slobodu izbora ili ga stalno cenzuriramo?

Pa, onda, pitajmo naše dijete:

1. **Što želiš**, a što pokušavaš dobiti svađom?
2. **Što želiš**, a što pokušavaš dobiti trčeći okolo?
3. **Što želiš**, a pokušavaš dobiti odbijanjem odlaska u krevet?
4. **Što želiš**, a što pokušavaš dobiti udaranjem brata?

Odgovor kojeg ćemo dobiti često će biti iznenađujuće točan.

Reći će nam što želi, a od naše kreativnosti, iskustva i motivacije ovisi koliko ćemo u toj djetetovoj želji prepoznati njegovu **nezadovoljenu potrebu**.

Možda naše dijete želi više dodira, ohrabrenja, zabave, slobode ili moći. A ponekad doista želi našu pozornost.

Mi odlučujemo što ćemo tada napraviti: oglušiti se i ne poduzeti ništa, prepustiti drugom roditelju ili skrbniku (jer „on/ona to bolje radi“, „to je tebi prirodnije nego meni“, „Ti to znaš bolje, bolje ti ide nego meni“ i slično) ili ćemo odlučiti „uzeti stvari u svoje ruke“, te djelovati promišljeno, sustavno i djelotvorno.

Za dobrobit našeg djeteta, za vlastitu dobrobit i za dobrobit naše obitelji.