



TANTRUM - 2

U situaciji kad naše dijete vrišti, baca se i udara bitno je da mi, roditelji zadržimo mir i samokontrolu. Ispred sebe, u tom trenu, imamo dijete koja nema samokontrolu te bi bilo potpuno iluzorno očekivati da dva subjekta (dijete i ja) izvan kontrole mogu doći do dobrog i djelotvornog rješenja.

Moja frustracija pojačava vjerojatnost i za moje agresivno ponašanje, stavlja moje roditeljske vještine na kušnju i ugrožava moj odnos s djetetom. Ja ne dobivam od djeteta ono što ja želim i trebam. Komunikacija je na krivom kolosijeku. I dijete i ja inzistiramo da bude po našem. Rješenje nije na vidiku. Ljutnja raste, a raste i mogućnost za njenu agresivnu ekspresiju. Za agresivnim ispadom može posegnuti dijete, a mogu i ja kao roditelj. I tek tada će se stvari još više zakomplicirati.

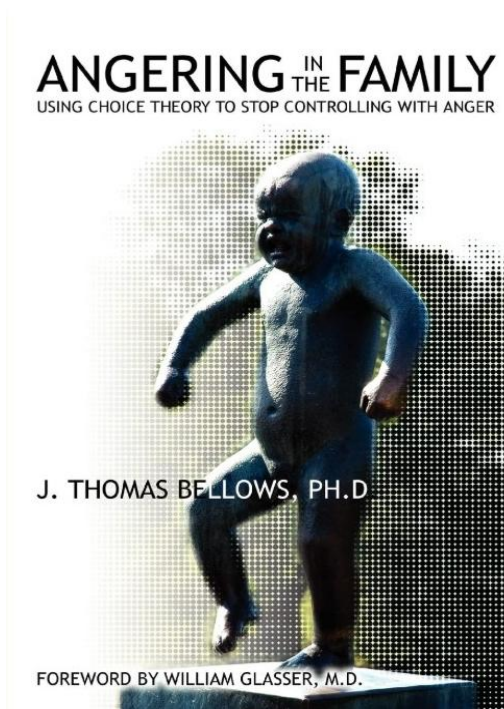
No, frustracija koju imamo može nas potaknuti da napravimo procjenu vlastitih ponašanja koja izabiremo u takvim okolnostima. Možemo osvijestiti svoje ponašanje. Možemo osvijestiti postignuti rezultat. Možemo se prisjetiti onoga što želimo dobiti, postići, ostvariti.

Možemo sa sigurnošću pretpostaviti što nam neko naše izabrano ponašanje može donijeti. Naša prognoza za uspjeh je tim veća što nam je iskustvo o našim ponašanjima veće i bogatije.

Ja već dobro znam kako će se moje dijete ponašati u nekoj situaciji, te mogu na vrijeme pripremiti sebe na primjeren odgovor. Jednako tako već dobro znam i kako se ja ponašam u problemskoj situaciji i što tada dobivam.

Korisno je znati da za smanjenje frustracije i odabir djelotvornih roditeljskih pristupa nema prečice, nema „na brzaka“. Traži se od nas, roditelja, da točno znamo što i kako želimo postići, da znamo koji su izvori djetetova nezadovoljstva te kako ga na vrijeme ustanoviti i prikladno ukloniti.

Michelle Borba savjetuje:



„Isključite se! Kad napad bijesa počne, nemojte mu pridavati nikakvu pozornost. Bez kontakta očima, bez riječi; ne reagirati. Ignorirajte, ignorirajte, ignorirajte. Nakon što vaše dijete nauči da mu ispad "radi" - to jest, da ono dobije (ono što želi- op. IL.) svojim pristupom - vjerojatno će pokušati ponovno (i opet i opet).“

Odustanite od pokušaja da ga urazumite ili da ga podmitite. Dijete koje je izvan kontrole ne razmišlja kako treba.

U slučaju da se može dogoditi ugroza djeteta ili imovine dijete odmaknemo od situacije nesigurnosti. Ako je neophodno možemo nakratko uhvatiti dijete i zadržati ga čvrsto minut-dva i opustiti umirujućim glasom.

Što možemo zaključiti?

Ja kao roditelj zadužen sam za promjenu djetetova ponašanja, ali prva promjena treba se dogoditi kod mene. Ja sam ta osoba koja u kriznoj situaciji trezveno razmišlja i pronalazi djelotvorna rješenja.