**Parę słów o trudnych sytuacjach**

 Wczesne dzieciństwo naszych „skarbów” dostarcza nam wielu zachwytów, przepięknych chwil i radości. Dziecko z dnia na dzień nabywa nowe umiejętności, które nas napawają dumą, okazuje nam miłość i przywiązanie. Bardzo cenimy wszystkie chwile spędzone z maluchem. Wspólne zabawy, odkrywanie świata jest fantastyczną przygodą. Ale od czasu do czasu nasze dziecko pokazuje swoje trudniejsze oblicze. Ni z tego ni z owego, podczas wyjścia na zakupy kładzie się na podłodze krzycząc wniebogłosy, domagając się dodatkowej zabawki z górnej półki lub u fryzjera za żadne skarby nie pozwoli miłej pani Beatce zbliżyć się z nożyczkami do włosów, kręcąc się i płacząc, albo po prostu odmówi opuszczenia placu zabaw mimo zbliżającego się mroku. „Skandaliczne” zachowanie naszego malucha wywołuje u nas wiele nieprzyjemnych uczuć – od wstydu w obliczu publicznej porażki wychowawczej, poprzez gniew i złość w stosunku do rozbrykanego malca, aż do lęku przed następną wspólną kompromitacją. A i u dziecka oprócz satysfakcji z uniknięcia bliżej nieznanych zabiegów, sytuacja ta wywołuje poczucie dyskomfortu. Czuje się na pewno winny rozgniewania ukochanego rodzica, ale przede wszystkim boi się utraty bliskości z najważniejszą osobą w jego otoczeniu.

Dlatego, aby uniknąć nagromadzenia się podobnych niezbyt przyjemnych doświadczeń dobrze byłoby przyjrzeć się różnorodnym reakcjom dziecka na pojawiające się sytuacje w jego życiu. Zadać sobie pytanie, czy często reaguje w ten sposób na sytuacje, które mu się nie podobają lub sprawy, których chce uniknąć albo wręcz przeciwnie coś wymusić? I jeżeli tak, to jak my zachowujemy się wobec takich reakcji – krzycząc, ustępując mu, walcząc… Być może to maluch próbuje przejąć kontrolę w naszym domu i sterować zachowaniem członków rodziny. Lub może reakcja jego wynikała z lęku przed nową, zupełnie dla niego nieznaną sytuacją. I w związku z tym wpadł w panikę?

Dziecko od urodzenia uczy się świata i ma ogromną tolerancję dla nowości. Większość rzeczy, osób, sytuacji spotyka po raz pierwszy. Najczęściej reaguje ciekawością, zaangażowaniem, ale czasem lękiem. Trzeba je w pogodnej, naturalnej atmosferze oswajać z sytuacją. Nie należy straszyć, nie pozwolić rozwijać się lękom ani ulegać pierwszym reakcjom paniki czy niechęci. Niech maluch nauczy się stawiać im czoła!

Podstawowa zasada to – nie zaskakiwać. Dziecko musi wiedzieć, gdzie się udajemy, co taka wizyta ma na celu, jak będzie wyglądała Np. udajemy się do fryzjera, aby obciąć włoski, które przeszkadzają mu w zabawie klockami i samochodzikami na podłodze. To pozwoli mu czuć kontrolę nad tym, co go spotyka. Dobrze jest, gdy dziecko wcześniej pozna miejsca, gdzie będzie poddane czynnościom niepokojącym typu: wizyta w dwudziestym trzecim sklepie z ciuchami w galerii handlowej, strzyżenie włosków lub przeglądanie ząbków czy mierzenie niewygodnych bucików. Pozwólcie dziecku towarzyszyć Wam w zakupach na miarę jego możliwości (niekoniecznie wybierając sobie sukienkę na lato). Zabierzcie na swoją wizytę u pani dentystki. Niech będzie świadkiem waszego przeglądu stomatologicznego czy nawet, o zgrozo! borowania i zakładania plomby. Niech maluch zobaczy, że mama z dziarską miną pozwala Pani Beatce myć, obcinać i modelować własne włosy. Niech widzi niezdecydowaną minę tatusia wybierającego buty do biegania. Te doświadczenia pozwolą dziecku oswoić się z nowymi przestrzeniami, nowymi czynnościami w jego życiu. Przy okazji zrozumie także, że są to zupełnie zwyczajne sytuacje, w których uczestniczy każdy człowiek. Zaś wy staniecie się wzorem zachowania w tych miejscach. Mama cierpliwie siedzi przed lustrem pani fryzjerki, a tata bez skrzywienia przymierza kolejną parę butów.

Pomocne również będzie zaciekawienie malca aktywnością, którą planujemy, miejscem, które zamierzamy odwiedzić. Cudownym sposobem pokazywania dziecku świata jest zabawa. To takie ćwiczenie nowych wyzwań na sucho, ale też możliwość odreagowania napięcia po już odbytej wizycie i sprawdzenia jak dziecko ją odebrało. Zaproponujcie zabawę w wizytę u dentysty. ! W czasie zabawy będzie też miejsce na pokazanie dziecku jak należy zachować się w tych nowych miejscach: np. na fotelu dentystycznym, jakie nowe sprzęty zobaczy oraz jaki przebieg będzie miała wizyta. Można opowiedzieć mu śmieszne historyjki z naszego życia, albo wymyślone opowiadania o Zajączku – Pączku, który nie mógł jeść marchewki, bo zaczął go boleć ząbek. Zamieńcie się we fryzjera, korzystając z dostępnych w domu sprzętów lub robiąc je z papieru, toreb, plastikowych butelek czy innych będących pod ręką materiałów. Włączcie w zabawę ukochane lalki czy pluszaki waszej pociechy. Niechaj i lalka Zuza zasłuży na modną fryzurkę. A poza tym, skoro Miś - Krzyś może towarzyszyć Konikowi - Patataj w wyprawie do sklepu z podkowami, to i nasz Kacperek da radę przymierzyć i wybrać buciki zimowe.

Planując wspólne aktywności należy pamiętać, o możliwościach dziecka i ograniczyć mniej atrakcyjne wizyty do niezbędnych. Od razu należy też podać dziecku cel i zasady pobytu w sklepie czy u dentysty. Zróbmy plan: bluzka i spódnica dla mamy, kurtka dla Kacperka, na koniec fajny plac zabaw lub lody – Ty wybierasz. W razie marudzenia przypominamy plan. Należy oczywiście wziąć pod uwagę wydolność dziecka i reagować na jego pojawiające się zmęczenie. Lepiej podzielić zakupy na części i przełożyć na inny dzień niż skutecznie zniechęcić dziecko do pogodnego towarzyszenia nam następnym razem.

Uwaga! Są pewne wyjątkowo trudne sytuacje lub zachowania dzieci, o których warto opowiedzieć fachowcowi od problemów wychowawczych. Zdarza się tak, że rodzice zgubili już kontrolę i wgląd w to, co się w rodzinie dzieje. W którymś momencie stracili oni władzę w domu. Dziecko dostaje, co chce i kiedy chce, a rodzice pozwalają mu kierować życiem całej rodziny. Efekt – wizyty u dentysty stają się koszmarem.

Pozdrawiam, Agnieszka Grabek