

Harapás kisgyermekkorban

A harapás az agressziónak az a fajtája, amitől a szülők általában félnek, mert a harapós gyereket a legtöbb helyen kitiltják, kiközösítik, emiatt a szülőt is kirekesztik, megbélyegzik.

Sok oka lehet, és ezek különböznek egy nyolc-tíz hónapos vagy egy hároméves gyerek esetében.

- Lehet, hogy a kicsi csak a másikat szeretné jobban megismerni (hasonlóan az ízleléshez, evéshez és beszédhez).
- Lehet védekezési mód (a fogak minden fiatal emlős fegyverei), hiszen a gyerek nem tudja ösztönösen, hogy harapni nem szabad. A gyerek egyszerűen nem érzi jól magát, és ilyen helyzetben harap a másíkba.

A legfontosabb, hogy azonnal megértessük a gyerekkel: **ez nem helyénvaló**. Ezt úgy taníthatjuk meg neki, hogy határozott „nem harapunk” felszólítással eltávolítjuk a gyereket. Nem kell megértenie, hogy miért nem szabad, elég, ha azt megérti, hogy nem szabad (ha még nagyon kicsi).

A mai napig él az a szemlélet, hogy a harapós gyereket vissza kell harapni. A „majd én megmutatom, milyen érzés” értelmetlen és fájdalmas, és a gyerek nem fogja megérteni, hogy mit akarunk ezzel elérni. *A kicsik leghamarabb hároméves koruk körül képesek arra, hogy beleképzeljék magukat mások helyébe*, ekkor látják meg először az összefüggést aközött, amit ők tesznek másokkal, és amit mások tesznek velük. Ekkor értik meg, hogy milyen érzést okozhatnak másoknak.

Nehéz lesz úgy elmagyarázni a gyerekeknek, hogy ne legyen erőszakos, ha a magunk büntetése sem más, mint egy erőszakos tett, a visszaharapás. Hogyan is érthetné meg, hogy a harapás csak a felnőttnek megengedett? *Ha azt akarjuk elérni, hogy a gyerek ne legyen agresszív, akkor tudnia kell, hogy soha, senkinek nem szabad megharapnia a másikat*. Sem otthon, sem a bölcsődében, óvodában. Az erőszakos büntetés még erőszakosabbá teheti a kicsit, de az sem jó megoldás, hogy arra biztatjuk, hogy valamin – párnán, ajtón, babán – vezesse le a feszültségét. Az ártalmatlan erőfitogtatás is erőszak. Ezzel a módszerrel, mondjuk, elterelhetjük az eredeti áldozatról (lásd másik gyerek) a figyelmet, abban viszont megerősítjük a gyereket, hogy tettelegesen reagáljon, ha mérges, vagy ha megbántottnak érzi magát (nagyobbaknál).

Elmúlik

A legtöbb gyermek számára a harapás egy szakasz, és ahogy a kifejezőeszköz-táruk fejlődik, válnak ők is egyre szociálisabbá, lesznek más eszközeik, hogy kommunikáljanak, vagy kifejezzék az érzelmeiket. Az agresszív viselkedés akkor marad abba, ha a felnőtt **mindig és azonnal** megállítja, figyelmet tanúsít a megbántott iránt, és megpróbálja mindkét fél érzéseit tekintetbe venni. Minden alkalommal azt kell benne erősíteni: nem harapunk, nem ütünk, nem rugdosunk, hanem megbeszéljük egymással.

A kicsikre jellemzők a hirtelen érzelmi kitörések, a szeszélyes hangulatváltozások, az agresszív viselkedés. Ennek az az oka, hogy a kicsik még nehezen dolgozzák fel örömeiket, bánatukat, félelmüket. Persze nagy különbségek vannak a gyerekek reakciói között. Például attól függően, ki milyen viselkedést lát a felnőttektől és a társaitól a közösségben.

Oka

Könnyen lehet, hogy gyermekünk az oviban, a társaktól tanulja el az erőszakosságot. Hiszen, ha látja, hogy a megszerzés leggyorsabb módja kitépni a másik kezéből a játékot, és ez még csak következményekkel sem jár, akkor odahaza is ezt a módszert próbálja alkalmazni.

Nem biztos azonban, hogy az óvónők engedékenyebbek. Lehet, hogy épp ellenkezőleg, az agresszió minden formáját tiltják, például a játékos birkózást is büntetik. Ezért a gyermek nem meri kiadni a mérgét az oviban, otthonra tartogatja inkább.

Az is lehet, hogy valami olyan frusztráció éri rendszeresen a közösségben, amelyet nem tud kezelni, feldolgozni. Érdemes kikérdezni az óvónőt, hogy viselkedik a gyerek az óvodában, vannak-e barátai, kikkel játszik, jól érzi-e magát. Ha gond van, meg kell próbálni orvosolni, végső esetben akár úgy, hogy másik intézményt keresünk. Otthon pedig meg kell teremteni a feszültségvezetés lehetőségét: a mozgás minden formája, az apával való birkózás, a foci is eredményes lehet.

A család felelőssége

Az optimális, meleg családi légkörben felnövő, a világ megismerésében feleslegesen nem korlátozott gyermek nyitott, barátságos és kreatív - és általában agresszív magatartásra hajlamos! Hisz biztonságban érzi magát, nem tart szigorú büntetéstől. Nehezebben kezelhető egy szigorúan fegyelmezett gyermeknél, de semmi vész, emezzel ellentétben könnyen alakul majd független, stabil értékrendű felnőtté.

A túlféltés azonban egyértelműen árt. A folyton aggódó, gyermekét korlátozó szülő az agresszió minden formáját tiltja (mert "veszélyes", "nem szabad", "nem illik"), így a gyermek indulatai maga ellen fordulhatnak. A gyermek "nyuszi", nem mer ellenkezni, nem tudja magát megvédeni, a legkisebb problémában is megoldhatatlan feladatot lát, önbizalma gyenge, sokat szorong. A szorongás pedig befelé irányuló agresszió! Amely felnőtt korban hajlamossá a játékszenvedélyre, a munkamániára és olyan pszichoszomatikus betegségekre, mint például a magas vérnyomás, a cukorbetegség, a gyomorfekély, az allergia, az asztma.

Még rosszabb a helyzet, ha egy gyermekkel nem törődnek, vagy bántalmazzák a szülei. A gyermek majdnem biztos, hogy agresszív lesz (azt tanulja meg, hogy a konfliktusok csak erőszakkal oldhatók meg), és antiszociális, ami jó eséllyel felnőttkorára is így marad.

Mit tehet a szülő?

A legfontosabb, hogy higgadt, megértő és következetes maradjon, és legyen kíváncsi a kiváltó okra. Az agressziót lehet is, kell is szabályozni.

Dühroham esetén az első szabály: a szülő őrizze meg a nyugalmát. Akkor is, ha nehéz feladat. Koncentráljunk inkább a helyzet optimális megoldására. Mert reagálni kell, sose tegyünk úgy, mintha semmi se történt volna. Mert akkor megerősítjük abban a gyermeket, hogy ezt lehet, ezt szabad, ez a helyes: ha ideges, dühös vagyok, tombolhatok. Meg kell fékezni a gyereket. Ha hadonászik, tombol, le kell fogni, arrébb kell vinni, hogy ne tehessen kárt önmagában vagy másokban. Ha káromkodik, üvölt, normál hangerővel, de határozottan rá kell szólítani. Konkrétumot kell neki mondani. A "ne légy rossz, ne légy neveletlen" típusú általános felszólítások nem jelentenek számára semmit, ezért kerülendők. "Ne kiabálj! Kérlek, ismételd meg csendesebben!" Ezek jó mondatok. Fontos a szemkontaktus ahhoz, hogy le tudjuk csillapítani. Ne kiabáljunk vele, pláne ne üssük meg. Nem tehetjük vele azt, amit neki tiltunk! A "visszaharapom, hogy érezze, fáj" típusú eljárást sem tartom jó megoldásnak.

Ha a gyerek lecsillapodott, el kell neki magyaráznunk, hogy nem azzal van baj, hogy haragszik, mert azt mindenkinek szabad, csak a mód nem tetszett, ahogy ezt a világ tudtára adta. Mondjuk el, hogy nekünk ez elfogadhatatlan. Ha fizikai fájdalmat okozott, közöljük ezt vele, valamint azt is, hogy a tettének következménye van, az például, hogy most pár percig szeretnénk nélküle lenni. (Ez természetesen csak otthon oldható meg, az utcán a "megbántottál, most időre van szükségem, egy kicsit most nem beszélgetek veled" lehetséges. Fontos, hogy előre közöljük a gyermekkel, mennyi ideig tart a mosolyszünet. A büntetés nem tarthat túl hosszú vagy bizonytalan ideig.) Persze, a gyerek nem fog csak úgy belenyugodni a büntetésbe, provokálni fog, esetleg újabb hiszti jön. De ne engedjünk a zsarolásnak! Csak eleinte nehéz, aztán a gyerek megszokja, hogy kitartunk a szándékunk mellett, ha a feje tetejére áll is. Mindig legyünk következetesek, mert ezzel teremtünk számára kiszámítható biztonságot és követendő pozitív példát.

Forrás: nlcafe.hu/babazzunk