****

**ТРЪШКАНЕ И ГНЕВНИ ИЗБЛИЦИ ПРИ ДЕЦАТА В ДЕТСКИТЕ ГРАДИНИ.**

Вероятно всеки родител, учител или възпитател се е сблъсквал с трудности при отглеждането, обучението и възпитанието на малките деца. Най-драматично и неприятно изглеждат разбира се тръшкащите се, пищящи и гневни деца, които настояват на своето и карат околните да се чувстват безсилни и несправящи се .

Тези изблици са много мъчителни за родителите, а на моменти дори ужасяващи, но са част от детството и порастването. Малките деца, особено тези на възраст между 2 - 3 г. все още не са развили трайни умения да владеят емоциите си, да правят асоциативни и логически връзки, така както ние възрастните.При някои липсва реч или речниковия им запас от думи е недостатъчен, за да изразят моментните си нужди и желания със скоростта, с която им се иска. Вместо това те бързо „избухват” , защото не са получили онова, което искат.

За децата между 1 и 2 г., които са в яслени групи изблиците на гняв също често са породени от липсата на достатъчно говорни и когнитивни умения. Те трудно или незадоволително разбират простата връзка **причина/ефект.** Затова се разстройват бързо, когато възрастния не откликне на позива им и изпадат в гневни изблици, стават тревожни и плачливи. Плача при тях понякога е единствения начин да бъде задоволена някоя нужда - дори и чисто физиологична /болка , глад , студ , страх /. Те често плачат и поради факта, че преживяват мъчително това, че са „изоставени“ от родителите си в детската градина. Нямат изградени умения да вокализират това тяхно страдание. Когато попаднат в нова среда, с непознати хора, заобиколени и от други деца, които също често плачат, посягат за една и съща играчка и „застрашават“ автономността и сигурността им – те бързостават напрегнати и тревожни и понякога е много трудно да бъдат успокоени .

За по-големите деца тръшкането и избухванията понякога са битка за надмощие, борба за лидерство, за независимост или за внимание. Могат дори да бъдат например отчаяна нужда да се детронира или отмени правило на авторитет/родител, учител ,възпитател/. Децата на 3-5 годишна възраст пък вече са наясно с нуждите и желанията си, както и с моментните си потребности, но често са склонни да заявяват нови и нови. Ако не им се угоди настъпва истинско бедствие, с перманентно тръшкане, цупене и плач. Тук е възможно дори да се стигне до самонараняване, в нуждата да отстояват позицията си.

През последните години хората се фокусираха върху детската психология дотолкова, че са склонни да нарекат детето си „хиперактивно“, такова което страда от дифицит на внимание или дори че е със специални образователни потребности, но да не признаят че дефицитите и неспрвянетоса именно във възпитанието . Като психолог в детска градина се натъквам ежедневно на какви ли не оправдания, извинения и теории на родители по отношение на подобни казуси. Някои дори са склонни да твърдят, че детето им е обременено генетично със „чепат“ характер, който са наследили от еди кой си във фамилията/майка , баща , вуйчо , баба или дядо / и това не подлижи на промяна, затова не е нужно да правят каквото и да било по отношение на възпитанието . Други истински вярват,че детето им е толкова прекрасно и съвършено, че не е нужно изобщо да го възпитават . Трети пък са не мнение,че учителите в ДГ са длъжни не само да ги възпитат, но да им създадат всички необходими навици,без да е нужно да се намесват в процеса и да участват колаборативнос тях в него. За мен,като специалист подобна кауза изначално е обречена на неуспех .

Като специалист, работещ ежедневно деца и родители често се натъквам на следните **заблуди и дисфункционални убеждения :**

Някои родители вярват, че **когато поискат нещо от дететоси** / без с поведението си да са показали какви ще са последиците или наградите , ако изпълни или не изпълни заръката им /, **то ще го има впредвид**и ще се старае да направи нещата точно така , както искат те .

Много родители са убедени, че **детето им ще е толкова нещастно, ако му откажат** нещо желано, че ще му осакатят психиката му, ако то не го получи на момента и тоще бъде най-нещастния човек на света, само защото е имало кратък пристъп на ярост.

Често родителите **не успяватда устоят** на тръшкането и гневните изблици и бързо дават на детето, това което желае само и само да спре да се гневи. Така и те и детето бързо достигат бързо до желаното спокойствие. Работата обаче е там,че когато следващия път детето не получи всичко, което поиска …, крясъците и виковете ще бъдат двойно или тройно повече, защото то вече знае урока си - ако ревеш и крещиш достатъчно дълго, получаваш каквото искаш.

По време на гневния изблик детето буквално не е на себе си, защото емоциите са взели превес над рационалното мислене, а **родителите опитват точно в този момент „да оправят нещата“ и някак да „да се спазарят“ с него**. Това лично аз мога да опиша със следната езикова картина, която ми излиза почти ежедневно в работата с децата : Човек, който в момента се дави и потъва, а другия до него точно в същия момент се опитва да го научи да плува. Затова разумните обяснения тук не помага , а е важно**да се изчака детето да се успокои и чак тогава да се правят опити за разговори и преговори .**

Повишаването на тон в подобни ситуации е още една често срещана заблуда. В такива случаи обикновено избликът ескалира и нещата съвсем излизат от контрол .

Някои родителите пък обръщат прекалено много внимание на тръшкането, затова то често се засилва се и дори зачестява . Затова понякога е добре дори да не доближаваме гневните деца, дасе дистанцираме, да не обръщайте внимание, та даже и да не ги поглеждаме , а просто да изчакаме гневния изблик да отмине .

При някои деца обаче **/може и да са такива със специални потребности/** е възможно да се отключат особено драматични изблици на гняв и тревога, дори и без сълзи**, дори и без видима причина за гняв и тревога,**които могат да се случват особено често и да продължават с часове.В подобни **случаи готова формула за справяне не съществува**, каквото и старание да полагат учителите или родителите. Такава трябва да се изработи колаборативно от двете страни и ако е нужно да се потърси консултация с медицински специалисти/ детски невролог , детски психиатър и др ./

Аз съм наясно колко трудно е за родителите да се справят в подобни моменти, особено когато това се случва извън дома , да речем на улицата или в магазин и заедно с малчугана се превърнат в център на внимание за околните, а в главата им изникват автоматичните мисли: „Леле, какво ли ще си кажат сега хората за мен…,вероятно че не ставам за родител, защото не мога да се справя с тръшкането едно дете“.

Като специалист в сферата на детското психично здраве съм убедена, че най-добрите резултати по отношение на тези трудности идват тогава, когато се научим да разпознаваме симптомите и да ги предотвратяваме, преди да е станало прекалено късно – да се научим да бъдем максимално сензитивни по отношение на това кога детето е уморено, нервно, гладно или тревожно. Да опитаме изградим цялостен механизъм на изследване на подобни прояви - а **в основата на това да е екипната работа с родителите на детето, защото те са главните експерти в това, какво преживява или каква нужда има тяхното дете.**

**Материалът е със запазени авторски права.**

***Съставил:Йорданка Пейкова : Психолог/Психотерапевт***