



Κατανοώντας τη σημασία της προκλητικής συμπεριφοράς στα παιδιά

Ως γονιός, ή ως άτομο που παρέχει φροντίδα σε παιδιά, πολλές φορές, όταν παρατηρείτε ότι το παιδί συμπεριφέρεται με έναν τρόπο που δεν κατανοείτε, συχνά μπορεί να αναρωτηθείτε: «Γιατί εξακολουθεί να το κάνει αυτό»; Αυτό μπορεί να είναι πολύ απογοητευτικό, ιδιαίτερα στην περίπτωση που θεωρείτε ότι είναι εύκολο για το παιδί να καταλάβει ότι πρέπει να υιοθετήσει έναν πιο κατάλληλο τρόπο συμπεριφοράς. Σε τέτοιες στιγμές, είναι σημαντικό να θυμάστε ότι τα παιδιά συνεχίζουν να επιδεικνύουν την ίδια συμπεριφορά επειδή πετυχαίνει!

Η συμπεριφορά είναι ένα σημαντικό εργαλείο, το οποίο χρησιμοποιεί το παιδί, προκειμένου να σας πει τι χρειάζεται ή τι θέλει. Κάποιες φορές, όταν το παιδί δε γνωρίζει τον κατάλληλο τρόπο (π.χ., λέξεις, να δείχνει αντικείμενα σε φωτογραφίες) για να εκφράσει τις ανάγκες ή τις επιθυμίες του, μπορεί να χρησιμοποιήσει την προκλητική συμπεριφορά (όπως το να χτυπάει, να ουρλιάζει και να φτύνει) για να επικοινωνήσει. Η προκλητική συμπεριφορά δίνει στα παιδιά τη δυνατότητα να στείλουν το μήνυμά τους με έναν γρήγορο και ισχυρό τρόπο. Τα παιδιά χρησιμοποιούν προκλητικές συμπεριφορές για να επικοινωνούν, έως ότου μάθουν νέους, περισσότερο κατάλληλους τρόπους έκφρασης των αναγκών και των επιθυμιών τους. Για να αλλάξετε την συμπεριφορά του παιδιού σας που έχει ως στόχο να σας προκαλέσει, θα πρέπει πρώτα από όλα να διαπιστώσετε τι είναι αυτό που την προκαλεί. Αν γνωρίζετε τον λόγο που το παιδί σας επιλέγει μια συμπεριφορά, μπορείτε να του διδάξετε νέους, αποδεκτούς τρόπους για να επικοινωνεί τις ανάγκες και τις επιθυμίες του. Τα παιδιά χρησιμοποιούν συχνά προκλητική συμπεριφορά, είτε για:

α) να πάρουν κάτι, όπως προσοχή, ένα παιχνίδι ή έναν υπνάκο, είτε για,
β) να μην κάνουν κάτι, όπως το να πάνε στο κρεβάτι για ύπνο, να φάνε μια νέα τροφή ή να δεθούν στο παιδικό κάθισμα ασφαλείας στο αυτοκίνητο.

Το πρώτο βήμα για να διδάξετε στο παιδί σας έναν νέο τρόπο συμπεριφοράς, είναι να διαπιστώσετε αν θέλει να πάρει ή θέλει να αποφύγει να κάνει κάτι.

Δοκιμάστε στο σπίτι.

- Παρατήρηση. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στο τι συμβαίνει όταν το παιδί σας επιδεικνύει προκλητική συμπεριφορά. Σημειώστε τις συμπεριφορές του παιδιού σε ένα σχεδιάγραμμα για να διαπιστώσετε αν υπάρχουν επαναλαμβανόμενα μοτίβα. Τι συμβαίνει πριν από τη συμπεριφορά; Τι συμβαίνει μετά;
- Παρακολούθηση. Παρακολουθήστε πότε συμβαίνει η συμπεριφορά. Μήπως παρατηρούνται παρόμοιες συμπεριφορές ακριβώς πριν από την ώρα του ύπνου; Πιθανά το παιδί σας να κουράζεται αρκετά κατά τη διάρκεια της ημέρας, οπότε θα ήταν καλό να αλλάξετε το καθημερινό του πρόγραμμα, ώστε οι δραστηριότητες που απαιτούν περισσότερη ενέργεια (παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους, αθλητικές δραστηριότητες κλπ) να γίνονται το πρωί, ενώ πριν τον ύπνο να υπάρχουν μόνο ήρεμες δραστηριότητες στο σπίτι.
- Δημιουργία μιας λίστας. Σκεφτείτε και καταγράψτε διάφορες ιδέες σχετικά με το τι προσπαθεί το παιδί σας να πάρει ή να αποφύγει να κάνει, χρησιμοποιώντας προκλητική συμπεριφορά. Όσο περισσότερο παρατηρείτε το παιδί σας, τόσο



- ευκολότερα θα μπορέσετε να αποκλείσετε κάποιες αιτίες στις οποίες οφείλεται η συμπεριφορά του, για να καταλήξετε σε αυτές/ή που ισχύουν/ει.
- Εκπαίδευση. Από τη στιγμή που θα καταλάβετε τους λόγους για τους οποίους το παιδί σας χρησιμοποιεί προκλητική συμπεριφορά, μπορείτε να του διδάξετε νέους τρόπους συμπεριφοράς έναντι διαφόρων καταστάσεων. Διαλέξτε μια στιγμή που δεν συμπεριφέρεται το παιδί με προκλητικό τρόπο για να κάνετε:

Παιχνίδια ρόλων: Χρησιμοποιήστε μαριονέτες, τρένα, κούκλες ή άλλα παιχνίδια για να δείξετε στο παιδί σας τη νέα δεξιότητα. Για παράδειγμα, μπορείτε να βάλετε την κούκλα να λει «Θέλω πολύ να

παίξω έξω! Θέλω να ανοίξω την πόρτα και να τρέξω, αλλά η μαμά μου λει να την περιμένω. Δε θα ουρλιάξω, αλλά θα της πω “κάνε γρήγορα μαμά, είμαι έτοιμος για παιχνίδι”». Διαβάστε βιβλία στο παιδί σας: Τα παιδιά συχνά εκφράζουν το πώς αισθάνονται τα ίδια, όταν προσπαθούν να μαντέψουν πως αισθάνονται οι άλλοι. Κάντε στο παιδί σας ερωτήσεις για κάποιον χαρακτήρα μέσα στο βιβλίο, ως έναν τρόπο να ξεκινήσετε μια συζήτηση για τη συμπεριφορά του. Για παράδειγμα, «Αυτό το κοριτσάκι δε θέλει να πάει για ύπνο. Γιατί άραγε;». Συζητήστε για την κατάσταση που πρόκειται να συμβεί. Κάποιες φορές, τα παιδιά θέλουν απλά να μάθουν τι έχετε σχεδιάσει για το επόμενο χρονικό διάστημα, ή και να συμπεριληφθούν σε αυτό που έχετε σχεδιάσει. Συνήθως το πρόγραμμα των γονιών είναι πολυάσχολο και συχνά θέλουν να κάνουν κάποια πράγματα γρήγορα. Ωστόσο, οι γρήγορες εναλλαγές μπορεί να δυσβάσταχτες για το παιδί σας. Αν πάρετε λίγο χρόνο για να συμπεριλάβετε το παιδί σας στο πρόγραμμα, θα διαπιστώσετε μια δραματική μείωση της προκλητικής συμπεριφοράς. Για παράδειγμα, μπορείτε να πείτε «Μόλις τελειώσεις αυτό το πάζλ θα μπούμε σε λίγο στο αυτοκίνητο και θα πάμε στο σούπερ μάρκετ. Θέλεις να διαλέξεις ένα από τα αγαπημένα σου παιχνίδια για να το πάρεις μαζί σου στο σούπερ μάρκετ;».

Εξάσκηση στο σχολείο.

Οι εκπαιδευτικοί μπορεί να λειτουργήσουν και ως ντετέκτιβ! Όταν ένα παιδί χρησιμοποιεί προκλητική συμπεριφορά στο σχολείο, οι εκπαιδευτικοί το παρατηρούν για να διαπιστώσουν τι προκάλεσε τη συμπεριφορά και στη συνέχεια να διδάξουν στο παιδί νέους τρόπους επικοινωνίας. Για παράδειγμα, καθώς ο Νίκος παίζει με τα αυτοκινητάκια μόνος του, ο Κώστας προσπαθεί να του αρπάξει το αυτοκινητάκι που κρατάει. Ο Νίκος χτυπάει τον Κώστα και παίρνει πίσω το αυτοκινητάκι. Ο Κώστας κλαίει. Ο Νίκος θύμωσε, επειδή ο φίλος του, του πήρε το παιχνίδι πριν τελειώσει και χρησιμοποίησε το χτύπημα ως έναν τρόπο για να το εκφράσει. Ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να πει «Νίκο, φαίνεται να θύμωσες όταν ο Κώστας σου πήρε το παιχνίδι. Την επόμενη φορά, μπορείς να χρησιμοποιήσεις τις λέξεις και να του πεις «Αυτό το παιχνίδι δεν είναι ελεύθερο. Το παίζω εγώ ακόμη». Οι εκπαιδευτικοί, μπορούν επίσης να χρησιμοποιήσουν μαριονέτες και κούκλες για να ενισχύσουν τη δεξιότητα των παιδιών να λένε «το παιχνίδι αυτό δεν είναι ελεύθερο», όταν τα παιδιά είναι καθισμένα στον κύκλο, ή κατά τη διάρκεια άλλων δραστηριοτήτων μέσα στην ημέρα.

Συμπερασματικά

Μπορεί να είναι πολύ διασκεδαστικό το να προσπαθείτε να καταλάβετε τι και γιατί σκέφτεται το παιδί σας! Όσο περισσότερο εξοικειωμένοι είστε με το πώς αντιδρά το παιδί σας στις καθημερινές καταστάσεις, τόσο ευκολότερο θα είναι να του διδάξετε κατάλληλους



τρόπους για να αντιμετωπίζει προκλήσεις όπως την απογοήτευση, το στρες και την κόπωση. Τα παιδιά που μαθαίνουν πώς να αντιμετωπίζουν τέτοιες καταστάσεις αισθάνονται περισσότερη αυτοπεποίθηση και είναι λιγότερο πιθανό να χρησιμοποιήσουν την προκλητική συμπεριφορά για να επικοινωνήσουν τις ανάγκες τους.

"How to Understand the Meaning of Your Child's Challenging Behavior", by Alyson Jiron, Brooke Brogle & Jill Giacomini, Copyright © TACSEI. All rights reserved.

Το πρωτότυπο άρθρο ανήκει στη σειρά "Backpack Connection Series" και βρίσκεται στον ιστότοπο του Technical Assistance Center on Social Emotional Intervention for Young Children (TACSEI, <http://www.challengingbehavior.org/index.htm>). Μπορείτε να το βρείτε στην ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://www.challengingbehavior.org/do/resources/backpack.html>

Αναδημοσίευση και προσαρμογή με άδεια. Η μετάφραση αυτή δεν πραγματοποιήθηκε από το TACSEI και δεν πρέπει να θεωρείται επίσημη μετάφραση. Το TACSEI δεν φέρει καμία ευθύνη για το περιεχόμενο ή τυχόν λάθη σε αυτό το έγγραφο.