

2013. október 7. - Minden gyerek hisztizik olykor. Van, aki pár percig magában duzzog, de olyan is, aki képes egy hatalmas tömegben ordítva a földre vetni magát tiltakozásképp. A legtöbb szülő azonban nem tudja, hogy mit is kéne csinálnia pontosan, illetve hogy mennyi ideig és milyen fajta hisztit tűrhetnek még el.

Nemrégiben voltam egy baráti összejövetelen, ahol volt egy rakás ismerős és ismeretlen felnőtt, és még annál is több gyerek. Az hagyján, hogy a kicsik egy része farsangi jelmezhez hasonló öltözékben volt - hatalmas szárnyakkal, tündérsapkákkal, és csápokkal - még az étteremben is, hiszen ez még cukinak is mondható, még annak ellenére is, hogy senkinek nem volt születnapja, vagy névnapja.

A szülők persze mentegetőztek, hogy a gyerekek erősködtek a szerelésüket illetően, és addig nem akartak elindulni otthonról, míg katicának nem öltöztetik őket. Kérdésemre, hogy mégis miért engedik nekik, hogy ők dirigáljanak, meglepő válaszoltak: azért mert a gyerekkornak lényegében arról kéne szólnia, hogy az felhőtlen legyen. És nem szeretnék ennek gátat vetni, így ha akarnak valamit a csemeték, azt bizony meg is kapják. Hiszen ettől lesznek ők jó szülők. Kell a szárny az utcára? Tessék, itt van! Meg szeretnél enni 2 szelet tortát ebéd helyett? Csak nyugodtan! Ki szeretné alapozni az arcodat 8 évesen? Rajta!

Egy darabig beszélgettem velük a témáról, persze nem meggyőzni akartam őket, csupán megérteni ezt a látásmódot, és megtudni, vajon mennyire tesznek ezzel nekik jót. Persze erre azokat a válaszokat kaptam, hogy így legalább nem lesznek felnőttként elnyomva, és kiállnak majd azokért a vágyakért, amiket elterveznek. Már kezdtem is elgondolkodni azon, hogy szegény gyerekek hányszor fognak padlóra kerülni, amiért nem tudják egyből megszerezni azt, amit akarnak, amikor meghallottam, hogy egy gyerek eszméletlenül el kezd hisztizni.

Hogy ennek mi volt az oka, nem tudom, lényegtelen is, viszont a nagy ordibálás közepén az alig hat éves kislány gondolt egyet, és egy oltárit lekevert az előtte guggoló anyjának. A legtöbb szülő azért ilyenkor erélyesebben helyretenné a gyermekét, viszont ez az anyuka Buddha-t megszegyenítő nyugalommal konstataálta a helyzetet. Ennyi nekem elég is volt, és több mint valószínű, hogy nem fogom majd követni ezt a nevelési módszert.

A hiszti fontos a gyerekek életében

Bár a hisztit a legtöbb szülő nehezen viseli, azonban a fejlődésükhöz elengedhetetlen, nem hiába sokak első szavai közt szerepel a „nem”.

„Az első hiszti az a dackorszakhoz kapcsolódik, tehát a gyerekek kb. 2 éves kora körül történik. Ekkor jön rá, hogy ő egy külön lény, önálló gondolatokkal, vágyakkal és akarattal. Ilyenkor próbálgatja, hogy mi mindenre képes, és feszegeti a határokat. Ez egy nagyon fontos időszak, és sajnos ezt át kell vészelní. Bár fontosak a szabályok, de hagyni kell, hogy kipróbálják magukat.”- mondja Frank Zsuzsa pszichológus

Engedjünk a gyerekeknek, de ne mindent

A szakember szerint, ami a legjobb, ha a szülők megtalálják az arany középutat. Fontos, hogy ne csak tiltsunk, hanem engedjünk is olykor a gyerekeknek, hogy érezzék, nekik is van joguk a döntésekhez. Például ha mi kikészítettük neki a kék pólót, de ő a pirosat szeretné felvenni, akkor érdemes hagyni, hogy ő válasszon. Ilyen és ehhez hasonló kaliberű kérdésekben hagyja, döntsön ő, azonban amikor a lefekvésről van szó, akkor legyen következetes, és ne engedje meg, hogy a gyerek dirigáljon.

Gyakori eset, amikor a szülők a gyermekükkel a játékboltban sétálnak, és a végén hatalmas sírás és hiszti közepette hagyják el az üzletet, amiért semmit nem kapott a kicsi. Bármennyire is

úgy véli, jogosan jár el, ha figyelmen kívül hagyja a kesergést, viszont ebben a helyzetben nem ennyire egyértelmű a helyzet.

Amikor a szülő elviszi egy játékboltba a gyermekét, vagy az áruházban olyan sorok közt sétál, ami tele van jobbnál jobb játékokkal, akkor számoljon azzal, hogy csemetére kérni is fog valamit. Tehát a helyzet egyszerű, mégis nagyon sokan elrontják: ha nem akar semmit sem venni, akkor ne is menjen ilyen helyekre a gyerekével, mivel ő ekkor jogosan azt fogja érezni, itt bizony ajándék lesz.

Így kezelje a hisztit

Természetesen minden gyerek hisztizik olykor. Az is előfordulhat, esetleg kezét emel a szülőre. „Ekkor állítsa le, és nyomatékosan magyarázza el neki, hogy ezt nem szabad”- mondja a szakember. Persze ilyenkor még nincs eget rengető nagy probléma, viszont ha ez – vagy más negatív viselkedése- olyan mértéket ölt, hogy a szülő már nem tudja kezelni, akkor érdemes terapeutához fordulni.

Bármilyen hisztiről van szó, ajánlott ugyanígy eljárni: fogja meg –gyengén- a gyerek karját, majd a szemébe nézve határozottan mondja el neki, hogy ezt ne csinálja, és végül tegye hozzá, hogy mit vár el tőle. Erőszakot, fenyegetést persze ne alkalmazzon –ez ugyanúgy vonatkozik a régi népi módszerre, a hideg vizes fürdetésre-, ugyanis ez csak félelmet generál. Ha nem vezet eredményre semmi, akkor mondhatja azt, hogy menjen be a szobába, és ha megnyugodott, csak akkor jöjjön ki.

Viszont ne feledje, a hisztinek több formája van: a kicsi nem csak akkor teszi, amikor a felnőttek megtiltanak neki valamit, hanem akkor is, ha például fáradtak. Bár ez utóbbi esetben a hiszti gyorsan elmúlik, mikor a gyerek ágyba kerül és kipihenheti magát.

További tippek a hiszti kezelésére

mutasson alternatívát a gyerekének, hogy levezethesse az indulatait (pl. ha nagyon mérges, püfölgjön egy párnát, sikítson egy nagyot, vagy fusson egy kört)

dicsérjen: ha abbahagyta a sírást, dicsérjük meg, esetleg jutalmazzuk meg valami kedvességgel vagy plusz esti mesével.

legyen nyugodt: ön le tud akkor nyugodni, ha a főnöke kiabál önnel? Na ugye!

soha ne tegye/zavarja a gyermeket büntetésből az ágyába, nagyon fontos, hogy ahhoz ne kapcsolódjanak negatív asszociációk

legyen alkuképes, és gondolja meg, mire mond nemet. Abból még egy gyereknek sem lett baja, hogy nyáron gumicsízmát vett, az viszont nem az ő feladata, hogy eldöntse, mikor kell lefeküdni ne tárgyasult jutalmakkal neveljen, mert ezzel elveszik a belső motiváció