

Zabawa zamiast kłótni

Tekst MONIKA STANISZEWSKA Konsultacja ULA MALKO, psycholog, trenerka Fundacji Komeńskiego



Jak namówić małego buntownika na umycie zębów czy połknięcie lekarstwa? W sytuacjach kryzysowych, warto wykorzystać czar... zabawy.

Bunt dziecka wobec takich czynności, jak mycie czy ubieranie, nie znaczy, że jest złośliwe. Raczej to, że chce mieć wpływ na to, co się wokół niego dzieje. Przekonywanie go krzykiem czy groźbą kary do zrobienia tego, czego w danej chwili zrobić nie zamierza, nie da efektu. Zaogni tylko sytuację. Gdy więc maluch upiera się przy "nie!", warto raczej "okrasić" konieczne zabiegi odrobiną zabawy. To nie burzy poczucia niezależności dziecka i najczęściej skutkuje.

GDY NIE CHCE MYĆ ZĘBÓW

- Szczotka w roli głównej

Niech umywalka zamieni się w scenę! Zorganizuj miniprzedstawienie w łazience, w którym w roli aktorów wystąpią szczotka i pasta do zębów. Szczotka mama prowadząca barwny dialog ze szczotką tatą i tubką pasty powinny zainteresować malca i wprowadzić go w dobry humor. A to już pierwszy ważny krok do udanego szczotkowania zębów. Odgrywając przedstawienie, zmieniaj głos, intonację i wymyślaj historyjki. Ważne, by ich fabuła była związana z codziennością malucha i odwoływała się do jego osobistych doświadczeń. Nie zapominaj bowiem, że wyobraźnia bez granic to atrybut starszych przedszkolaków, a nie szkrabów między pierwszy a trzecim rokiem życia.

- Hity z płyty

Sposobem na protesty związane z higieną jest mycie zębów przy dźwiękach ulubionej piosenki (powinna trwać wystarczająco długo, by zdążyć porządnie wyczyścić wszystkie mleczaki). Przykładem takiej piosenki jest hit dziecięcego zespołu "Fasolki": "Szczotka, pasta, kubek, ciepła woda - tak się zaczyna wielka przygoda. Myję zęby, bo wiem dobrze o tym, kto ich nie myje, ten ma kłopoty. Szczotko, szczotko, hej szczoteczko - o, o, o! - zatańcz z nami, tańcz w kółeczko...". Piosenka pomoże stworzyć codzienny rytuał. Po pewnym czasie wystarczą pierwsze takty piosenki, aby dziecko wiedziało, że oto zbliża się pora mycia zębów.

GDY PROTESTUJE PRZED KĄPIELĄ

- Kompania doborowa

Malucha, który za nic nie chce wejść do wanny, z pewnością zachęci nietypowe towarzystwo w kąpeli - lejek, kubek, kuchenne sitko, trzepaczka, łyżka, plastikowy serwis dla lalek, klocki z pianki, gumowa piłka, koparka. Jeśli pozwolisz dziecku, by wrzuciło je do wanny, trudno mu będzie oprzeć się pokusie i "zostać na brzegu".

- Łazienkowe rozmówki

Czy twoje dziecko rozmawiało już z prysznicem? Możecie ustalić rytuał kąpielowy polegający na tym, że słuchawka od prysznica codziennie opowiada maluchowi głosem mamy lub taty krótką bajkę (np. jak zaprzyjaźniła się z butelką szamponu). Być może maluch tak polubi kąpielowe pogawędki z prysznicem, że nie będzie mógł doczekać się wieczornej kąpeli?

- Rybka czy foka?

Dwu-, trzylatki uwielbiają bawić się w naśladowanie zwierząt. Wykorzystaj to i zorganizuj w kąpeli wielkie zgadywanie: kto tak głośno kwacze?, kto tak macha płetwami?, kto tak śmiesznie kumka? Zabawne odgłosy z wanny rozśmieszą nie tylko rodzica, ale także sprawią, że kąpiel zacznie kojarzyć się z przyjemnością.

GDY OPIERA SIĘ UBIERANIU

- Nie ma, nie ma... - jest!

Sprawdzonym sposobem jest w tej sytuacji zabawa w udawanie, że malec zniknął gdzieś w czeluściach ubrania. Gdy jego głowa przeciska się w stronę dekoltu, mów "nie ma, nie ma...", a gdy wychyli się z ubranka, krzyknij radośnie "jest!" i powitaj "odnalezioną" głowę buziakiem. Podobnie można bawić się przy zakładaniu rękawów i nogawek spodni.

- Do koloru, do wyboru

Gdy dziecko nie chce założyć bluzy, którą mu zaproponowałaś, daj mu inną do wyboru. Może ta, którą usiłujesz mu wcisnąć na głowę, ma drapiącą metkę albo niewygodny krój? A może kolor, którego maluch nie lubi?

- Śpiewanki - zgadywanki

Gdy w porannym pośpiechu dziecko opiera się przy ubieraniu, najlepiej sprytnie zająć jego uwagę. Wtedy znakomicie sprawdza się śpiewanie śmiesznych piosenek, recytowanie wierszy-ków, rymowanki, zgadywanki, udawanie odgłosów zwierząt.

- Gadająca piżama

Piżama przemawiająca ludzkim głosem, poruszająca rękawami i nogawkami z pewnością przekonana malca, że bardzo się już za nim stęskniła i marzy o wspólnym słuchaniu bajki na dobranoc. Maluch zajęty słuchaniem płomiennego wyznania ani się spostrzeże, gdy zostanie w nią ubrany. I obejdzie się bez krzyku.

GDY ODMAWIA ZAŻYCIA LEKARSTWA

- Leczymy misia

Jeśli maluch źle się czuje, trudno zainteresować go zabawą. Poza tym zagadywanie go przy podawaniu niesmacznego syropu jest nieco ryzykowne. Może się bowiem zdarzyć, że dzieckoorientuje się, że ma w buzi gorzki specyfik i gwałtownie zaprotestuje - plując lub co gorsze krztusząc się. W dodatku drugi raz nie da się już

tak łatwo nabrać. Sytuację może uratować ulubiona przytulanka. Powiedz maluchowi, że ukochany miś także jest chory i musi wziąć lekarstwo. Wspólnie wytłumaczcie "cierpiącemu pluszakowi", że gdy weźmie syrop, szybciej wyzdrowieje (możecie zaaplikować go najpierw przytulance - najlepiej takiej, którą można potem wrzucić do prania). Jest szansa, że przykład dzielnego misia sprawi, że dziecko samo łatwiej przełknie lekarstwo.

- Syrop podano!

Lekarstwo może zyskać na atrakcyjności, gdy podamy je w niekonwencjonalny sposób: w filiżance do kawy z dziecięcego serwisu przy-niesionej na tacy lub na łyżeczce z zestawu typu "mały doktor".

- Podróż w głąb ciała

Łatwiej zmusić się do połykania gorzkiego syropu, a nawet zgodzić na zastrzyk czy borowanie zębów, gdy się rozumie, czemu te zabiegi służą i jakie mają działanie. Dobrze zatem, by dziecko wiedziało, co się dzieje w jego organizmie po wstrzyknięciu szczepionki albo połknięciu antybiotyku. Najlepiej wytłumaczyć to dziecku, czytając mu - napisaną specjalnie dla maluchów - książkę z obrazkami o tym, jak działa ludzki organizm i co się dzieje, gdy człowiek choruje.

- Pomocne bajki

Wymyśl i opowiedz dziecku bajkę, której bohater niechętnie się leczył: bał się zastrzyków, nie chciał łykać syropu, ale udało mu się pokonać swój lęk. Taką terapeutyczną bajkę, która pomoże dziecku zrozumieć i oswoić emocje, może opowiedzieć maluchowi na przykład pacynka.

GDY SPACER SIĘ PRZEDŁUŻA

- Liczymy stopki

Gdy dziecko za nic w świecie nie chce wrócić

do domu ze spaceru, przeciwicz sprawdzone fortele: "Ciekawe, ile stąd kroków do domu?".

"A może wrócimy do domu stopkami? (w innych wersjach: podskokami, lajkonikiem?)". Dziecko nie oprze się też pokusie ścigania się z rodzicami.

- Maszerują oficery

Cuda mogą zdziałać również znane zabawy kolonijne: weź dziecko za rękę i głośno podśpiewując, maszeruj z nim rażnym krokiem: "Raz, dwa trzy, cztery maszerują oficery; raz dwa trzy, maszeruję ja i ty".

NIE ZABAWIAJ PRZY JEDZENIU

Zabawianie to przydatny sposób odwracania uwagi dziecka, jednak nie stosuj go, by nakłonić malca do jedzenia. To pomaga jedynie doraźnie, ale nie rozwiązuje problemu. Dlaczego?

- Jeśli odwracasz uwagę dziecka, by nie zauważyło, że wypychasz mu do buzi kolejne łyżki zupki, sprawiasz, że maluch je bezmyślnie. Tak karmione dziecko nie wie nawet, czy jest głodne, czy nie - ty o tym decydujesz. A jeśli maluch nie nauczy się rozpoznawać uczucia głodu i sytości, może mieć w przyszłości problemy z otyłością.

- Dziecko zabawiane przy jedzeniu szybko przyzwyczaja się do tej atrakcyjnej oprawy posiłku i później nie chce nic przełknąć, dopóki nie odegrasz przed nim przedstawienia, nie naszykujesz mu sterty atrakcyjnych gadżetów zabawiaczy lub po prostu nie włączysz telewizora.

- Dziecko rozśmieszane przy jedzeniu, zanosząc się śmiechem, może się zakrztusić.

- Zabawianie malucha, który nie chce jeść, nie poprawi mu apetytu. O wiele skuteczniejsze będzie zaproszenie dziecka do kuchni, by wspólnie z mamą czy tatą przygotowało posiłek. Rozdrabnianie plastikowym nożem miękkich warzyw lub owoców, mieszanie składników sałatki czy lepienie pierogów to prawdziwa frajda! To, co własnoręcznie zrobione, zawsze lepiej smakuje!
- Zabawianie dziecka podczas posiłku ma jeszcze jeden minus - nie pozwala maluchowi na samodzielność. Malec, który przy jedzeniu ma ręce zajęte zabawkami albo wpatruje się w telewizję, nie może jeść sam, musi być karmiony.