

Obiceiul de a mușca al copilul mic

Mușcatul este un comportament răspândit printre copiii sub 3 ani – 3 ani jumate. Cum reacționăm la acest comportament al copilului:

- În primul rând nu punem nici o etichetă ("ești rău", "ești neascultător", "ești urât", etc);
- Nu rușinăm și nu pedepsim copilul;
- Nu insistăm cu "nu mai mușca", "nu e bine să muști", "promite că n-o să mai muști", "cere-i iertare că l-ai mușcat".

Care sunt cauzele mușcatului la copilul mic?

- **Lipsa limbajului** pentru exprimarea unor emoții imediate și impetuoase: furie, bucurie, frustrare; În cazul unor copii, mușcatul poate să fie limbajul pentru: "Mă bucur enorm de prezența ta și vreau tare mult să mă joc cu tine!", "Dă-te la o parte, am nevoie acum și aici să fiu singur, fără atâția ochi și stimuli în jurul meu!" etc.
- **Suprasolicitarea** prin stimuli prea puternici de lumină, sunet sau activitate – pretenții, cerințe, reguli, cicăleli, stiluri prea directiv, medii prea colorate, prea zgomotoase, prea agitate, persoane în jur cu nivel ridicat de anxietate, voce prea înaltă etc.
- **Nevoia de a experimenta efectul mușcatului asupra celui alt și de a vedea consecințele comportamentului sau.** Sunt copii care experimentează prin mușcat, relația cauză-efect în societate;
- **Nevoia de joc liber și dinamic** - cu alte cuvinte, copilul se plânge că nu are suficient timp de joacă la alegerea lui;
- **Lipsa de odihnă suficientă;**
- **Ieșitul dinților;**
- **Nevoia de stimulare orală** – când copiii încă explorează lumea introducând multe lucruri la gură;

Ce strategii folosim pentru a descuraja obiceiul de a mușca al copilului?

1. **Distragerea atenției** - cu o carte, cu privitul pe fereastră, cu orice tertip care poate reduce tensiunea momentului. Dacă totuși evenimentul s-a produs, atenție mare trebuie să primească "victima" și, foarte puțină, agresorul. Acesta din urmă va învăța că mușcatul îi aduce atenție. Pentru copii este foarte puțin relevant dacă primesc atenție negativă sau pozitivă. Orice atenție este bună și poate întări comportamente nedorite, cu cele mai bune intenții din partea adultului.

2. **Gestionarea spațiului** - dacă este vorba de o frustrare – ca în cazul copiilor care nu suportă proximitatea celui alt – adultul va trebui să intuiască nemulțumirea și să o pună el în cuvinte: "Ana, dă-te la o parte! Ești prea aproape, mă deranjează atingerea rochiei tale".

Există copii hipersensibili la apropierea de celălalt, au nevoie de spațiu propriu.

3. **Stimularea orală** - dacă este vorba de o nevoie orală, mestecatul sau rosul unui biscuit calmează reflexul de la baza agresiunii.

4. **Dezvoltarea comportamentelor și a atitudinilor pozitive prin joc** - Ne jucăm în timpul zilei despre cum suntem generoși și ne place să împărțim lucruri. Sunt jocuri care programează un limbaj și o atitudine pozitivă, încurajate de aprecieri exprese.

5. **Citirea poveștilor terapeutice** în scop educativ, folosind cărți și povești despre copii care mușcă sau sunt mușcați.

6. **Adoptarea unei atitudini calme**

Teama, dezamăgirea, furia sau alerta adultului sunt normale, numai că nu trebuie exprimate.

7. Folosirea altor forme de exprimare a frustrării

Dacă este vorba de frustrare, de sentimente intense imposibil de exprimat, e foarte important ca adulții de lângă copii să "prindă" momentul aprinderii unui sentiment din zbor și să îl pună ei înșiși în cuvinte: "Văd că ești tare supărat! Hai să ne prostim împreună! Hai să facem ca o maimuță supărată! Hai să facem ca un elefant trist!" – funcționează tare bine punerea copilului în pielea altui personaj și găsirea unor modalități imaginare de expresie, care să nu se răsfrângă asupra colegului.

8. Evitarea suprastimulării

Evitarea expunerii copiilor la: zgomote, aglomerație, televizor, tehnologii de acces, etc.

9. Exprimarea afectivității

Copiii au nevoie de atingere. Sunt copii care, în viteza familiilor ocupate de astăzi, nu sunt suficient masați, îmbrățișați, atinși, stimulați fizic în joc. O simplă îmbrățișare a adultului poate preveni comportamentul "mușcătorului".

10. Amenajarea și utilizarea unui colț liniștit în casa cu pernuțe, cu un paravan din pânză – ajută pe cei care au nevoie de spațiu și timp personal, doar cu ei înșiși.

În jurul vârstei de 3 ani – 3 ani jumate, mușcatul ar trebui să dispară.

Ce nu va funcționa niciodată este rușinarea sau pedeapsa. Acestea din urmă cresc, prin frică și îngrijorare, nivelul general de anxietate care, desigur, foarte adesea, se va stinge tot într-o agresiune.

Sunt și cazuri extreme, când agresorul are nevoie de un specialist, dacă manifestă și întârzieri de limbaj, dificultăți de integrare, probleme severe de atenție, alte tulburări.

Dragi părinți, nu ne îndoim de educația bună pe care doriți și o oferiți copiilor, poate de aceea sunteți reactivi, vă rușinați și începeți să vă apărați dacă copilul dumneavoastră mușcă, dar pentru diminuarea acestui comportament, metodele folosite trebuie să fie unitare, de aceea avem nevoie de colaborarea dumneavoastră.

Biroul de asistență medicală și de specialitate