

DLACZEGO MAŁE DZIECI GRYZĄ?

Gryzienie jest powszechnym jak i problematycznym zjawiskiem. Jego skutki są bolesne tak samo fizycznie jak i emocjonalnie. Wzbudzają u rodziców uzasadniony niepokój.

Rozwój emocjonalny dwulatka

Drugi rok życia to wiek najczęstszych i gwałtownych reakcji emocjonalnych, wyjątkowo nieprzyjemnych, wyczerpujących dla samego dziecka i jego opiekunów. Dziecko bardzo łatwo się denerwuje, gdyż boleśnie odczuwa dysproporcje między swoimi pragnieniami, a możliwościami i środkami wyrazu. Jego kontrola nad sposobem wyrażania emocji jest ograniczona. Na początku to rodzic reguluje emocje dziecka przez nazywanie tego, co czuje, uspokajanie dziecka i bezpośrednie interweniowanie w doświadczane przez nie emocje, modelowanie i wzmacnianie pozytywnej ekspresji. Jeśli na przykład frustracja dziecka przeradza się w złość, a złość w zachowanie agresywne, powinniśmy wkraczać do akcji jak najszybciej, nie czekając na eskalację awantury. Wraz z rozwojem mowy dziecka poszerza się jego repertuar wyrażania emocji, może dać upust swojej frustracji czy zaprotestować przy użyciu słów, a nie gestów. Zanim to jednak nastąpi, ogromna większość dzieci musi przejść nieprzyjemny etap rękoczynów. Dwulatek posuwa się do nich nie dlatego, że jest z natury złoślikiem czy wandalą, tylko po prostu z powodu ubóstwa innych środków rozładowania napięcia emocjonalnego. Gryzienie jest zupełnie naturalne w przypadku maluchów.

Przyczyny gryzienia

Gryzienie najczęściej spełnia funkcję rozładowującą napięcie emocjonalne. Małe dziecko nie jest w stanie poradzić sobie z zaistniałą sytuacją, nie potrafi nazwać tego, co czuje. Kiedy doświadcza złości, gniewu i strachu nie wie, jak się zachować, żeby zredukować napięcie. Przebywanie w silnie stymulującym środowisku (np. żłobkowym) stwarza trudność w radzeniu sobie z napływającymi bodźcami i może być źródłem frustracji dziecka. Przez gryzienie próbuje powiedzieć opiekunowi, że czuje się nieszczerliwy i w ten sposób rozładować napięcie. Gryzienie może być również skutecznym sposobem na odebranie innemu dziecku upatrzonej zabawki. Pomaga wygrać kłótnię lub postawić na swoim. Daje to dziecku poczucie kontroli nad otoczeniem.

Wyróżniamy następujące przyczyny gryzienia:

- **Modelowanie**

Dziecko uczy się przez obserwowanie i naśladowanie dorosłych. Jeśli dziecko widzi, że ludzie wokół niego nie okazują sobie szacunku i miłości, są agresywni i wrodzy, wtedy powtarza takie zachowania w środowisku rówieśników. Ważne jest, żeby opiekunowie

w zdrowy i konstruktywny sposób wyrażali swoje emocje. Wtedy dziecko przez modelowanie przyswaja ważne umiejętności regulowania emocji.

- **Naśladownictwo**

Dzieci uczą się również od swoich rówieśników. Obserwując dziecko, które gryzie zaczynają eksperymentować z takim zachowaniem.

- **Niewykształcona empatia**

Dwulatek nie potrafi jeszcze poczuć tego, co czuje drugi człowiek, nie wie, że sprawia to ból.

- **Odzwierciedlanie**

Jeśli dziecko doświadcza różnych form agresji (bicie, klapsy, szturchanie, potrząsanie) uczy się takiego sposobu reagowania i odzwierciedla je w sytuacjach konfliktowych.

Jeśli dziecko zaczyna gryźć, należy spróbować ustalić powód tego zachowania. Znając przyczynę, łatwiej będzie zapobiec takim zachowaniom w przyszłości. Rodzic powinien pracować nad sobą, nazywać swoje uczucia i uczucia dziecka. Wyrażać emocje w sposób zdrowy i aprobowany społecznie. Otaczać dziecko pozytywną uwagą.