**Dlaczego dzieci zachowują się tak, jak się zachowują?**

*Dlaczego dzieci zachowują się tak, jak się zachowują?*

Pewnie nie raz zastanawiałaś się dlaczego Twoje dziecko zachowuje się w określony sposób i próbowałaś nie tylko zrozumieć przyczyny jego zachowania, ale również znaleźć sposób na unikanie pewnych zachowań dziecka. I pewnie nie raz stwierdzałaś, że zupełnie nie rozumiesz swojego dziecka. A może rozwiązaniem byłoby spojrzenie z jego perspektywy?

**Z perspektywy dziecka**

Ile razy w ciągu ostatnich dni zadałaś sobie pytanie *„O co jej/jemu chodzi?”, „Dlaczego on/ona się tak zachowuje?”*lub*„Może to ja robię coś źle?”*

Każdej Mamie towarzyszą takie chwile, ponieważ każdego dnia staramy się wychować nasze dziecko najlepiej jak potrafimy. Robimy wszystko, żeby być blisko potrzeb, emocji i uczuć naszego malucha, ale niestety nie zawsze nam to wychodzi. Dlaczego?

Być może pod wpływem chwili i nerwów lekceważymy jego przeżycia, pochopnie je oceniamy lub uznajemy sygnały, które nam daje za nieważne. W całym tym procesie niezwykle istotne jest, aby zejść do poziomu dziecka i przyjrzeć się danej sytuacji z jego perspektywy, ponieważ takie działanie zmienia wówczas cały kontekst.

**Potrzeby dziecka**

Dorośli często źle interpretują zachowania dzieci: uważają, że ich pociechy robią coś w złości, lub że nimi manipulują.   Jednak gdy pomyślimy, że dziecko tak się zachowuje, bo np. źle się czuje lub jest zmęczone, to nasza reakcja będzie zupełnie inna.

Każde zachowanie dziecka ma głębszą motywację i zadaniem rodziców jest ją odczytać. Musimy wsłuchać się w nasze pociechy i znaleźć to, co chcą nam w danej chwili przekazać. Dowiedzieć się jaką ważną potrzebę próbują nam zakomunikować tym razem. Dzieci widzą świat przez pryzmat własnych wyobrażeń i doświadczeń, mają swoje potrzeby i starają się nam o nich powiedzieć, niestety nie zawsze w zrozumiały dla nas sposób.

Nie jest to dla nas łatwe, ponieważ widzimy tylko ich zachowanie, reakcję, a nie mamy pojęcia co siedzi w głowie takiego małego człowieka. Zachęcam Was bardzo do podejmowania prób poszukiwania odpowiedzi na pytanie *„Dlaczego dziecko zachowuje się tak, jak się zachowuje? Co się kryje za jego zachowaniem?”.*

**Zachowanie zawsze jest jakimś komunikatem**

Kiedy dziecko jest „nieznośne”, warto zastanowić się nad realnymi przyczynami danego zachowania, a nie stwierdzać, że po prostu jest „niegrzeczne”. Musimy mieć świadomość, że przed wybuchem złości dziecko zawsze usilnie stara się nam coś powiedzieć i swoim zachowaniem chce coś uzyskać.

Do określonego zachowania może prowadzić wiele elementów, jednak w pierwszej kolejności skupmy się zawsze na 2 czynnikach:

1. **Radzenie sobie z emocjami**– dziecko w momencie narodzin dostaje od matki natury emocje w pakiecie, ale instrukcję obsługi do nich musi już dostać od rodziców. Oznacza to między innymi, że jeśli nie nauczymy dziecka [jak radzić sobie ze złością](https://pomogecimamo.pl/o-co-chodzi-z-ta-zloscia/) czy frustracją, to będzie ono rzucało zabawkami lub chciało nas uderzyć, bo nie będzie znało innego sposobu.
2. **Pragnienia i oczekiwania**– jeśli wydarza się coś, co jest kompletnie niezgodne z tym czego dziecko chciało, jego zachowanie może być miażdżące. W takich sytuacjach warto zachęcać dziecko do wyrażania tego czego w danej chwili chce. Jeśli jednak dziecko nie potrafi jeszcze samo mówić, to właśnie naszą rolą jest znalezienie tego pragnienia.

Zacznijmy wówczas od **p**odstawowych potrzeb, które są najczęstszymi przyczynami najbardziej intensywnych ataków złości: głód, pragnienie, zmęczenie, niewyspanie, nasza ignorancja i brak poświęconej uwagi dziecku (kiedy nie reagujemy na prośby i sygnały wysyłane przez nasze dzieci lub poświęcamy czas w biegu, odpisując w tym czasie na sms czy oglądając TV), niemoc czy bezradność (dziecko nie potrafi samo sobie poradzić z jakąś sytuacją i potrzebuje naszego wsparcia oraz wytłumaczenia świata na nowo).

**Gdy emocje biorą górę**

Może się również zdarzyć tak, że agresja u dziecka została wywołana naszym krzykiem i brakiem cierpliwości. Nie są to sytuacje anormalne, ponieważ przydarzają się każdemu rodzicowi, a wynikają z pośpiechu, zmęczenia, niezrozumienia, zdenerwowania i wielu innych czynników. Nie obwiniajmy się więc za nie i nie martwmy na zapas.

Po prostu kiedy znów znajdziesz się w sytuacji, gdy Twoje dziecko płacze, krzyczy lub tupie nogami, weź pod uwagę jego perspektywę i jego uczucia. Tylko tyle i aż tyle. A jeśli mimo wszystko w jakiś sposób źle potraktujesz swoje dziecko, przeproś je, pokazując tym samym, że każdy popełnia błędy.

[Szukając przyczyny zachowania naszego dziecka](https://pomogecimamo.pl/jak-zrozumiec-emocje-swoje-swojego-dziecka-i-nie-zwariowac/) mamy szansę na wzajemne zrozumienie i porozumienie, uniknięcie negatywnych emocji oraz pomoc maluchowi w poradzeniu sobie z podobnymi sytuacjami w przyszłości, np. jeśli dziecko nie umie radzić sobie ze stresem, uczymy go technik, które pomagają lub jeśli dziecko ma problem ze spokojnym robieniem wspólnych zakupów w sklepie – przygotowujemy się do kolejnej wizyty, rozmawiamy, ustalamy zasady.

**Pamiętajmy, że każde zachowanie dziecka jest jakimś komunikatem dla rodzica.**

Źródło:

<https://pomogecimamo.pl/dlaczego-dzieci-zachowuja-sie-tak-jak-sie-zachowuja/>