

- Uvod • Liječenje

Uvod

Začarani krug je obrazac ponašanja kada negativno ponašanje djeteta uzrokuje negativan (bijesan) odgovor roditelja koji pojačava negativan odgovor djeteta, dovodeći do ponovnog negativnog odgovora roditelja.

Začarani krug nastaje kada je dijete agresivno i tvrdoglavo. Roditelji ili odgajatelji reagiraju vikanjem, ljutnjom i fizičkim kažnjavanjem. Njihova reakcija može biti uzrokovana tipičnim negativizmom dvogodišnjaka, drskošću četverogodišnjaka ili "teškom" naravi djeteta od rođenja. Takvo dijete reagira na stres i emocionalnu nelagodnost tvrdoglavošću, drskošću, agresivnošću i ispadima temperamenta prije nego plačem i nelagodom.

Začarani krug može biti uzrokovan i popustljivošću i prezaštitom roditelja nad djetetom koje počinje manipulirati njihovim slabosti. Takvi roditelji često dovode dijete doktoru zbog "zdravstvenih" tegoba, koje su u biti poremećaji ponašanja. Tipični dan takve obitelji obilježen je konfliktom oko hranjenja i poteškoća u uspavljivanju. Roditelji čine radnje koje treba učiniti dijete samostalno, kao što su hranjenje i oblačenje. Često roditelji pogrešno procjenjuju da djetetu disciplina može naškoditi.

Liječenje

Začarani krug ponašanja se može prekinuti, ako roditelji nauče ignorirati oblike ponašanja djeteta koji ne ugrožavaju druge (npr. bijes ili odbijanje hrane). Za oblike ponašanja koji se ne mogu tolerirati primjenjuje se "time-out" postupak ili se djetetu odvraća pažnja na nešto drugo. Smanjenju napetosti pridonosi pohvala za dobro ponašanje. Konačno, roditelji trebaju dnevno provesti barem 15-20 min u nekoj zabavnoj aktivnosti.

Ako navedeni postupci ne prekinu začarani krug ponašanja unutar 3-4 mjeseca, potrebno je potražiti stručnu pomoć psihologa ili psihijatra.

Neodgovarajuće ponašanje djeteta koje zahtijeva postupak "isključivanja". Pogreška se ukratko objasni djetetu. Potom se dijete mirnim glasom uputi na stolicu ili ako je neophodno tamo odvede. Nakon što dijete sjedne na stolicu, sat se stavi na odbrojavanje od 1 minute za svaku godinu starosti djeteta, do maksimalno 5 min (npr. 2 godine 2 minute).

Ako se dijete ustane sa stolice prije isteka vremena, ponovno se vraća na stolicu, a vrijeme kreće ispočetka. Ako se dijete višestruko ustaje, potrebno ga je zadržati u stolici. Razgovor i kontakt očima se izbjegavaju. Ako je potrebno dijete cijelo razdoblje držati na stolici, ponavlja se postupak.

Ako dijete sjedi, ali ne šuti tokom tog razdoblja, vrijeme se vraća na početak.

Kada dođe vrijeme za ustajanje, djetetu se mirnim i staloženim glasom postavlja pitanje o razlogu ovog postupka. Ako se ne sjeća razloga, kratko ga se podsjeti.

Nakon ovog postupka dijete se uključuje u novu aktivnosti, tokom koje ga je potrebno poticati i pohvaliti za dobar način ponašanja.