



TRMA PRI OTROCIH



Postavljanje meja otrokom

Družinsko okolje je otrokovo prvo socialno okolje, kjer trenira za vse življenje v širšem socialnem okolju.

Otrok se mora že zgodaj naučiti, do kod segajo njegove meje in do kod meje drugih.

Otroku ne smemo zatirati vseh potreb in želja, a hkrati mu tudi ne smemo vsega dopuščati.

Meje postavljamo tam, kjer so potrebne – taka vzgoja otroku ustreza, četudi se ji na videz upira. Znotraj teh okvirov, meja se otrok uči, se počuti varnega. Čeprav nas nenehno preizkuša, je potrebno vztrajati in odločno stati za svojo odločitvijo. Pravila, ki jih postavljamo otroku, morajo biti realna, jasna, otroku razumljiva, primerna njegovi starosti. Dosledno se jih upošteva, vedno pohvalimo vedenje v skladu s postavljenimi pravili.

Kaj je trma?

Trma je nujna za otrokov razvoj. Nastane kot otrokova reakcija na vzgojne zahteve odraslih. Otrok odraščča in skuša okolje podrediti sebi. Otrok odreagira s trmo, ko se bori z željami in nagibi svojih staršev in drugih. Otrok pri tem občuti neugodje in odreagira s trmo.

Trma je naravna in nujna reakcija otroka na naše vzgojne zahteve, težnje, da bi ga preoblikovali in socializirali. Je izraz otrokove razvijajoče se osebnosti, zato se moramo do neke mere sprijazniti z njo. Z ustreznim ukrepanjem lahko omilimo njene posledice.

Pogosto se pojavi že pri 1–2 letih, izrazitejša pa je okoli 3. leta. Lahko pa se pojavi tudi kasneje.

Kako se kaže trma?

Otroci:

- se mečejo ob tla,
- kričijo, da postanejo modri, bruhaajo,
- se polulajo v hlače, čeprav tega niso več počeli,
- se ne pustijo prijeti,
- udarjajo z rokami in nogami,
- mnogi razvijejo posebno različico (npr. zadržujejo dih, da pomodrijo, v besu udarjajo z glavo ob zid,...).

Na vse načine želijo doseči svoj cilj, pri tem velikokrat že med trmoglavljenjem pozabijo, kaj so sploh želeli.

Kako ravnati ob izbruhu trme?

Pomembno se je zavedati, da otrokova trma ni njegova slabost/značajska napaka, temveč je razvojna značilnost otrok. Zato je potrebno vedeti, kako ravnati:

- bodite strpni in razumevajoči,
- poskušajte otroka ne spravljati v situacije, iz katerih se lahko reši le z izbruhom trme.

Prepovedi otroku postavljamo tako, da vzpostavimo z njim očesni stik in mu z mirnim glasom sporočimo oz. povemo, kaj je za nas sprejemljivo in česa mu ne dovolimo.

Otrokom pri izbruhu trme ne smemo popuščati, še zlasti ko jim grozi nevarnost (npr. na cesti, ob vodi...).

Trme naj ne bi ustavljali na silo, če želimo doseči vzgojni učinek.

»Prepovedano« je odreagirati na naslednje načine:

- Se pustiti izsiljevati z otrokovim vpitjem, četudi nas vsi okoli pogledujejo s pomilovanjem.
- Se pustiti spraviti v zadrego, da bi ravnali drugače, kot kadar smo sami z njim.

Otrok bo to kmalu začel izkoriščati in manipulirati z nami – lahko se zelo kmalu zgodi, da bo začel uprizarjati napol namerne izbruhe.

Učinkovite taktike ob izbruhu otrokove trme

- *Ignoriranje* – ne opazimo otrokove bučne predstave. Uspeh je odvisen od vzdržljivosti staršev.
- *Vživljanje* – otroku skušamo opisati njegove občutke in mu povemo, da ga razumemo.
- *Osebni pristop* – otroku povemo, da se bomo vsi bolje počutili, če se bo nehal tako obnašati.
- *Odhod s prisilo* – otroka odpeljimo v njegovo sobo (varnost).
- *Šaljivo draženje* – to je primerno samo pri otrocih, ki imajo smisel za humor.
- *Taktika preobrata* – otrokovo pozornost skušamo preusmeriti na nekaj drugega.
- *Umik* – sami se umaknemo iz prostora in počakamo, da se otrok umiri.
- *Popuščanje* – občasno popuščanje ne pomeni, da smo slabi starši.

Otroka nikakor ne smemo pustiti samega ali ga samega poslati iz sobe... Kreganje, vpitje ali fizično kaznovanje močno poslabšajo položaj. Najbolje je, da mirno in razumevajoče počakamo, da otroka napad mine, pa če je še tako hudo.

Dejstva o trmi

- Otrok ne trmoglavil nalašč.
- Prehitro in pretrdo reagiranje na kljubovalno vedenje ima lahko neugodne dolgoročne posledice.
- Največkrat otrok trmoglavil nezavedno, ker ni kos novim zahtevam, in bi potreboval vašo pomoč in ne kazen.
- Otroka ne sprašujemo: »Zakaj si jezen in trmast?«, ker vam v tistem trenutku otrok tega ne zna odgovoriti.
- Otroku moramo dovoliti, da se veliko igra zunaj, z vodo, peskom, da packa z barvami, glino, da kuha, pomiva, gnete in oblikuje testo, pere...
- Otrok mora svoje težnje izživeti v igri, potem lažje sledi vašim navodilom in zahtevam.
- Čeprav jih je hudo videti, napadi trme niso nevarni – so pa neprijetni.
- Otrok mora dobiti na njegovo neprimerno vedenje pravo informacijo. Ko se otrok umiri, mu je potrebno jasno povedati, da njegovo vedenje ni bilo primerno.

Večinoma trma z razvojem izgineva, do takrat pa velja le velika mera potrpežljivosti in razumevanja.

Vir:

- Izvorno besedilo zloženke Trma pri otrocih, mag. Erika Hvala, soc. ped.

Prepisala in uredila:

Alenka Jevšnik