

Trma



Ena od značilnosti dve- do petletnega otroka, ki ni prijetna zanj, kaj šele za starše, je trma. Kdaj se to obdobje začne, je odvisno od otroka, njegovih značilnosti, okolja...

Pri nekaterih se trma začne že pri enem letu in se konča pri letu in pol oz. pri dveh letih in pol, pri drugih pa začetke trme opažajo šele v otrokovem tretjem letu, traja pa vse do četrtega oz. petega leta. Seveda pa se obdobje trme ne začne nenadoma in se prav tako nenadoma ne konča.

Definicija trme

V situaciji, ko se otrok s svojimi nagibi, nagoni in željami bori z željami staršev in tistih, ki ga obdajajo, v njem nastane občutek neugodja in iz tega se rodita odpor in trma. Trma je povsem naravna in nujna reakcija otroka na naše vzgojne zahteve, težnje, da bi ga preoblikovali in socializirali. Otrokova trma je obenem tudi izraz njegove razvijajoče se osebnosti in lastne volje. Je izraz želje, da bi vplival na dogajanje okoli sebe in aktivno posegel v svet okoli sebe.

Trmi se pri dve- do triletнем otroku ne moremo popolnoma izogniti, izognili bi se ji le tako, da bi se odpovedali otrokovi vzgoji.

Vzroki trmarjenja

V svojem vedenju je otrok zelo egocentričen. Svet okoli sebe pogosto doživlja tako, kot da je on sam središče vsega dogajanja in se vse vrti okoli njega. Zato se tudi brani s trmo, kadar želimo socializirati njegovo naravo.

Ne najdemo vedno pravega ravnotežja med frustracijo, ki je še koristna, da spodbuja malčka k učenju, in prehudim občutkom nemoči, ki ga več ne prenese. Kadar je otrok hudo razočaran, ga lahko zgrabi silen bes, lahko pa ga je tudi strah. V drugem letu življenja, ko otroci shodijo, so neizmerno radovedni. Domišljija in resničnost sta še eno. Znajo se razjeziti na stol, ker jim je prizadejal bolečino, šampon za umivanje las, ker so jih pekle oči ... Narašča njihova lastna volja, ki pa je še ne vodi razum. Tako malčki še niso sposobni uskladiti volje in sposobnosti. Vedno hočejo več, kot zmorejo in smejo, in to razhajanje v njih povzroča hudo napetost, da jim pogosto vse odpove. Posledica tega je trma.

Kako vemo, da je otroka popadla trma?

Trma se lahko kaže na precej načinov. Pri nekaterih otrocih je bolj trdovratna kot pri drugih. Številni otroci se ob trmoglavljenju mečejo ob tla, kričijo, da postanejo vsi modri, ali se polulajo v hlače, čeprav tega niso več počeli. Na vse načine želijo doseči svoj cilj, pri tem pa včasih že med trmoglavljenjem pozabijo, kaj so pravzaprav hoteli.

Nekateri otroci divje tekajo po sobi in vreščijo. Ker se sploh ne obvladajo, jih lahko vsaka ovira vrže iz ravnotežja in padejo. Nekateri otroci jokajo, dokler jim ni slabo, ali pa od joka posivijo v obraz in ne morejo zajeti sape.

Pri napadu trme nekateri vpijejo na ves glas in se ne pustijo prijati. Številni se vržejo na tla ter udarjajo z rokami in nogami. Mnogi razvijejo posebno inačico, zadržujejo dih, da pomodrijo, ali v besu udarjajo z glavo v zid.

Trma je torej odvisna od otrokove narave (trdovratnosti, temperamenta), še bolj pa od okolice ter od ravnanja staršev in vzgojiteljev.

Kako ravnati ob izbruhu trme?

Otrokova trma ni njegova slabost ali značajska napaka, temveč le razvojna značilnost otrok. To je torej običajna razvojna posebnost in pomemben most k nadaljnjemu dozorevanju. To je prvi pomemben izraz otrokove razvijajoče se osebnosti z lastno voljo. Trma je tudi otrokova želja, da bi zavestno vplival na okolje okoli sebe in ga spreminjal. Zato v takih primerih najbolje ravnamo, če smo čim bolj strpni in razumevajoči, če otroku ne ukazujemo preveč in ga ne priganjamo, mu ne postavljamo prepovedi in ga ne postavimo pred zid, od koder se bo rešil le z izbruhom.

Če se zavedamo, kaj se v otroku dogaja, da so otroci na milost in nemilost izročeni izbruhom trme in da tudi sami oz. predvsem sami trpijo zaradi tega, jih bomo lažje prenašali. Ne bo nas več tako skrbela misel, da nas želi otrok jeziti ali tiranizirati. Otroku trmoglavijo, ker nečesa ne zna ali ne sme, ne da bi s tem hotel kaj doseči.

Marsikateremu izbruhu trme se bomo izognili, če bomo otrokovo življenje uredili tako, da bo frustracija le redkokdaj preseгла meje njegove strpnosti. Kadar že moramo otroka prisiliti k čemu, kar mu ni po volji, ali mu prepovedati kaj takega, kar bi rad počel, moramo to storiti čim bolj obzirno, kajti nikomur ne bo koristilo, če bo pobesnel.

Otrokom pri izbruhu trme ne smemo popuščati, še zlasti ne takrat, ko jim preti nevarnost, ravno tako pa ne smemo trme zatirati ali jo s silo pobiti, če želimo doseči kakšen vzgojni učinek. S trmastim vedenjem nam zdrav otrok nakazuje, da hoče biti samostojen človek in bitje z lastnimi hotenji. Nenehno se nam upira: ne bom, nočem, ne in ne.

Vztrajni in dosledni

Otroka je strah lastnega neukrotljivega besa. Vedno moramo biti vztrajno dosledni. Otroku moramo sporočiti: »Saj sem pri tebi, ne bom te izpustil izpred oči. Lahko mirno počakam, da tvoj napad mine.« Otroka ne smemo pustiti samega, ne smemo ga pehati iz sobe. Če nam pusti, ga najlažje zaščitimo tako, da ga držimo na tleh v nežnem objemu. Ko se bo umiril, se bo znašel v naši bližini. Počasi se bo sprostil in se nam stisnil v objem, glasni jok se bo umiril. Tedaj je čas za tolažbo.

Nekateri otroci pa ne prenesejo, da bi jih držali v naročju, kadar jih zgrabi bes, ker imajo občutek, da jih omejujemo, in to jih le še bolj razjezi. Takrat je najbolje, da odstranimo vse, kar bi otrok lahko razbil, in ga poskusimo zavarovati, da se ne bi kam zaletel ali udaril. Najbolje je mirno in razumevajoče počakati, pa če je še tako težko.

Nesmiselno bi bilo, da bi na otrokov izpad trme reagirali z vpitjem in prepiranjem. Jeza je hudo nalezljiva in z vsakim otrokovim krikom nas grabi bolj, vendar se moramo obvladati. V nasprotnem primeru bomo izbruh le še podaljšali. Otroku naj ve, da so starši tista čudovita sila, ki vse poravna in zgladi.

Otrok ne sme nikoli dobiti občutka, da je bil zaradi izbruha trme nagrajen ali kaznovan. S svojim obnašanjem mu moramo dokazati, da taki izbruhu ničesar ne spremenijo ne na boljše in ne na slabše. Če ga je trma prijela, ker mu nismo pustili iti na vrt, ga tudi zdaj ne smemo pustiti. Nikakor se ne smemo pustiti izsiljevati z otrokovim vpitjem, tudi če nas vsi okrog pogledujejo s pomilovanjem. Ne smemo se pustiti spraviti v zadrego, da bi ravnali drugače, kot kadar smo z njim sami. Otroku bi to kmalu začel izkoriščati in manipulirati z nami in kmalu bi se naučil uprizarjati napol namerne izbruhe. Če imajo otroci pri štirih letih še napade, lahko pomislimo, da so se naučili te napade popolnoma zavestno uporabljati, ker so jim starši prepogosto popuščali.

Tudi nedolžne prevare so dovoljene

Otroci so v zgodnji predšolski dobi zelo lahkoverni - sugestibilni in hitro padejo pod vpliv odraslih. Zato je v kakšni težavni situaciji dovolj, če starši obrnejo otrokovo pozornost na kako drugo, naključno stvar, če otroka prelisičijo s kakim pripovedovanjem - in trmasti izpad je že pozabljen. Včasih je dobro, da starši s kako svojo zahtevo počakajo na ugodnejši trenutek, ko je otrok spet miren in se mu je trma polegla. Potem naj svojo zahtevo ponovijo in naj se poskušajo z otrokom pogovoriti.

Trma je razvojna značilnost otrok in je ravno zato dobro, da jo poznamo malce globlje. Pomembno je poznati vzroke, ki pospešujejo napade trme in jih delajo intenzivnejše. Če jih poznamo, se jim lažje izognemo, trma pa nas ne more presenetiti.

Ravno tako tudi ni brez pomena, da vemo, kako ravnati, ko otrok že cepeta in se meče ob tla. S pravilnim ukrepanjem lahko napad skrajšamo in omilimo reakcije. Z nepravilnim ravnanjem pa lahko dosežemo ravno nasprotno.