

Hiszti vagy nem hiszti: engedjük vagy ne engedjük

Berg Judit Hisztimesék című könyvének valamennyi története a síró-rívó, hisztiző kisgyermek megnyugtására született, ezért kedveli annyira a kiscsoportos korosztály. Hisztizik ha nem akar öltözködni, ebédelni, rendet rakni, vagy egyszerűen fel akarja hívni magára a figyelmet. De mi is az a hiszti, mit él át abban az állapotban a gyermek és a környezete, mi lehet a helyzet megoldásának kulcsa?

Minden gyerek hisztizik olykor. Van, aki pár percig magában duzzog, de olyan is, aki képes egy hatalmas tömegben ordítva a földre vetni magát tiltakozásképp. A legtöbb szülő azonban nem tudja, hogy mit is kéne csinálnia pontosan, illetve hogy mennyi ideig és milyen fajta hisztit tűrhetnek még el.

Bár a hisztit a legtöbb szülő nehezen viseli, azonban a fejlődésükhöz elengedhetetlen, nem hiába sokak első szavai közt szerepel a „nem”.

„Az első hiszti az a dackorszakhoz kapcsolódik, tehát a gyerekek kb. 2 éves kora körül történik. Ekkor jön rá, hogy ő egy külön lény, önálló gondolatokkal, vágyakkal és akarattal. Ilyenkor próbálgatja, hogy mi mindenre képes, és feszegeti a határokat. Ez egy nagyon fontos időszak, és sajnos ezt át kell vészelni. Bár fontosak a szabályok, de hagyni kell, hogy kipróbálják magukat.”- mondja Frank Zsuzsa pszichológus

A szakember szerint, ami a legjobb, ha a szülők megtalálják az arany középutat. Fontos, hogy ne csak tiltsunk, hanem engedjünk is olykor a gyerekeknek, hogy érezzék, nekik is van joguk a döntésekhez. Például ha mi kikészítettük neki a kék pólót, de ő a pirosat szeretné felvenni, akkor érdemes hagyni, hogy ő válasszon. Ilyen és ehhez hasonló kaliberű kérdésekben hagyja, döntsön ő, azonban amikor a lefekvésről van szó, akkor legyen következetes, és ne engedje meg, hogy a gyerek dirigáljon.

. Az is előfordulhat, esetleg kezet emel a szülőre. „Ekkor állítsa le, és nyomatékosan magyarázza el neki, hogy ezt nem szabad”- mondja a szakember. Persze ilyenkor még nincs eget rengető nagy probléma, viszont ha

ez – vagy más negatív viselkedése- olyan mértéket ölt, hogy a szülő már nem tudja kezelni, akkor érdemes terapeutához fordulni.

Bármilyen hisztiről van szó, ajánlott ugyanígy eljárni: fogja meg –gyengén- a gyerek karját, majd a szemébe nézve határozottan mondja el neki, hogy ezt ne csinálja, és végül tegye hozzá, hogy mit vár el tőle. Erőszakot, fenyegetést persze ne alkalmazzon –ez ugyanúgy vonatkozik a régi népi módszerre, a hideg vizes fürdetésre-, ugyanis ez csak félelmet generál. Ha nem vezet eredményre semmi, akkor mondhatja azt, hogy menjen be a szobába, és ha megnyugodott, csak akkor jöjjön ki.

Viszont ne feledje, a hisztinek több formája van: a kicsi nem csak akkor teszi, amikor a felnőttek megtiltanak neki valamit, hanem akkor is, ha például fáradt. Bár ez utóbbi esetben a hiszti gyorsan elmúlik, mikor a gyerek ágyba kerül és kipihenheti magát.

Néhány ötlet a hiszti kezelésére:

- mutasson alternatívát a gyerekének, hogy levezethesse az indulatait (pl. ha nagyon mérges, püföljön egy párnát, sikítson egy nagyot, vagy fusson egy kört)
- dicsérjen: ha abbahagyta a sírást, dicsérjük meg, esetleg jutalmazzuk meg valami kedvességgel vagy plusz esti mesével.
- legyen nyugodt: ön le tud akkor nyugodni, ha a főnöke kiabál önnel? Na ugye!
- soha ne tegye/zavarja a gyereket büntetésből az ágyába, nagyon fontos, hogy ahhoz ne kapcsolódjanak negatív asszociációk
- legyen alkuképes, és gondolja meg, mire mond nemet. Abból még egy gyereknek sem lett baja, hogy nyáron gumicsizmát vett, az viszont nem az ő feladata, hogy eldöntse, mikor kell lefeküdni
- ne tárgyiasult jutalmakkal neveljen, mert ezzel elveszik a belső motiváció

S ha ezek közül egyik sem válna be, próbálkozzon meg azzal, hogy Hiszti manót kezdi emlegetni: pl....látom, hogy ott ül valaki a válladon ! Tán csak nem a zöldsapkás Hiszti manó az?..... S míg a gyerkőc a vállát próbálja szemügyre venni, szép lassan alábbhagy a hiszti és ölünkbe ültetve, magunkhoz ölelve

kezdhetünk bele a már jól ismert történet elmesélésébe.: „ Volt egyszer egy Zsófi nevű kislány, aki nagyon szeretett hisztizni.....”