

CE SA FACI CU UN COPIL SENSIBIL

Copiii sunt foarte diferiti si reactioneaza in mod diferit chiar daca sunt pusi in aceeasi situatie sau daca sunt confruntati cu aceeasi problema. Aminteste-ti de acele situatii in care, in parcul de copii unii cad de pe tobogan si incep sa planga instantaneu, in timp ce altii se ridica si isi continua joaca fara a mai schita vreun semn de durere. Ce crezi ca e diferit la acesti copii? Ce anume ii diferentiaza?

Copiii sensibili sunt aceia care raspund intr-un mod cu totul neasteptat cand vine vorba de o situatie putin tensionata sau cu un nivel de stres ridicat. Poate te gandesti ca e normal ca un copil sa aiba si astfel de reactii avand in vedere ca el este intr-un proces de dezvoltare, insa poate sa se transforme intr-o adevarata problema atunci cand:

● **Comunicarea intre parinte-copil este deficitara.** Parintii fie nu cunosc nevoile copilului, nu stiu cum sa relationeze cu el, cum sa se apropie si ajung sa-l evite.

- **Copilul ajunge sa fie pedepsit de parinti din cauza unui comportament considerat de acestia ca fiind "copilaresc".**

Iata cateva caracteristici ale acestui copil:

- Daca ridici putin tonul la el incepe sa planga instantaneu. E suficienta o singura vorba de critica adusa la adresa lui ca sa le provoace o cascada de lacrimi.
- Copilul este adesea sensibil la ceea ce spun cei din jur si modul in care el crede ca este perceput.
- Are o stima de sine scazuta.
- Are impresia deseori ca se confrunta cu cele mai grave probleme de pe pamant, ca lui i se intampla numai lucruri "rele".
- Se simte copleșit de griji, preocupari in domeniile relevante pentru el: sa fie cel mai bun in mediul scolar pentru a nu-si dezamagi parintii, sa fie perceput intr-o lumina favorabila de prieteni, sa faca totul "ca la carte".
- In orice sarcina pe care o are de facut evalueaza intr-un mod anticipatoriu modul in care cei din jur vor analiza munca depusa de el si asta intr-un mod negativ: "Degeaba ma chinui sa fac asta bine, oricum ei vor dori sa schimbe ceea ce eu am propus sau vor veni cu idei mai bune decat ale mele".
- Prefera sa fie singur.
- Pare sa isi doreasca sa se imprieteneasca cu alti copii si sa fie cei mai buni prieteni.
 - **Cauzele unui astfel de comportament pot sa fie diverse:**
 - modelele observate in familie (atunci cand unul dintre parinti raspunde prin planset la situatii stresante),
 - caracteristici individuale. Copiii cu un temperament melancolic pot sa aiba mai des momente de plans.
 - caracteristici de mediu. Crize de plans datorita tratamentului primit din partea grupului de prieteni, problemelor din mediul scolar- inadaptarea, cerinte prea mari din partea cadrelor didactice etc.
 - Atitudinea parintilor este foarte importanta. Reactiile copiilor ar fi bine sa fie luate in considerare, sa se evite glumele pe aceasta tema, tendinta de a-l face de rusine de fata cu altii pentru "a-l cali" sau complacerea in ideea ca "asa e copilul".
 - Iti propunem cateva sugestii prin care ai putea sa-ti ajuti copilul si sa-l determine sa adopte alte comportamente mult mai adaptative pentru a face fata distresului, problemelor pe care le are:
 1. **Ai rabdare cu copilul tau.** Increderea se castiga in timp.
 2. **Incearca sa-ti inlaturi perceptiile eronate despre plans.** Nu este un act de imaturitate, unii chiar se descarca si se detensioneaza in acest mod.
 3. **Abordeaza acest "comportament"-plansul excesiv cu copilul tau intr-o maniera pozitiva.** Evita sa il prezinti ca si o "problema". Asa vei putea sa descoperi simptomele lui (acele manifestari care apar in sfera lui de perceptie-de ce reactioneaza asa, ce anume il face sa planga, la ce se gandeste, ce-i trece prin minte si instantaneu incepe sa planga).
 4. **Reaminteste-i copilului ca esti de partea lui.** Nu uita el crede ca toti cei din jur ii sunt impotriva si simte nevoia unui sprijin real.
 5. **Implica-te in activitatile pe care el isi doreste sa le faca.** Asa va dobandi mai multa incredere in sine daca se simte sprijinit si isi va putea utiliza sensibilitatea intr-un mod creativ.
 6. **Cere ajutorul unui specialist daca simptomele persista si comunica cu cadrul didactic** cu care interactioneaza mai mult copilul. Ti-ar putea oferi o serie de noi informatii despre cum reactioneaza in mediul scolar, alaturi de ceilalti copii, dar ti-ar putea oferi si modalitati sau tehnici de management al comportamentului copilului.

- 7. Reaminteste-ti in fiecare situatie ca a fi sensibil nu inseamna a nu fi capabil si s-ar putea sa fie o trasatura de personalitate care nu se va schimba niciodata. Cel mult se vor reduce simptomele, insa ele vor exista mereu.
-
- **Recomandarile tale:**
Te-ai confruntat cu astfel de dificultati in educatia si cresterea copilului tau? Daca da, ce ai recomanda si altor parinti?
Completeaza articolul nostru cu recomandarile tale.
-