## Dlaczego dzieci gryzą innych?

Dlaczego dzieci gryzą innych? Przyczyny takiego zachowania są różne. W większości przypadków intencją dziecka nie jest zrobienie komuś krzywdy. Maluchy po prostu nie rozumieją, że gryzienie boli. Z ich perspektywy często to nic złego.

**Dzieci gryzą, bo:**

Są ciekawe, dlatego dążą do odkrywania otoczenia poprzez doświadczanie. Używają do tego także zmysłów. Gryzienie to taki sam sposób uczenia się, poznawania i smakowania świata, jak na przykład dotykanie. Maluchy gryzą więc z ciekawości. Coś jest interesujące, znaczy trzeba to zbadać, gryząc.

Dla dziecka gryzienie to taki sam sposób poznawania świata jak dotykanie.

Radzenie sobie z wyzwaniami lub trudnymi czynnościami może malucha frustrować. Gryzienie zatem świetnie sprawdza się, gdy dziecko jest poirytowane lub zdenerwowane. Maluszki nie umieją jeszcze ani się skutecznie komunikować, ani wyrażać uczuć i emocji w akceptowalnej formie. Są zdenerwowane? Gryzą.

Dzieci bywają zaborcze i często nie lubią się dzielić – mamą, tatą, ale i zabawkami. Dlatego często gryzą inne dzieci z zazdrości. Z perspektywy dziecka gryzienie to szybki i skuteczny sposób na odebranie zabawki i wygranie swojej małej bitwy.

Dzieci to małe bystrzaki. Wiedzą, że gryzienie wywoła natychmiastową reakcję. Stąd robią to, by zwrócić na siebie uwagę. Gryzą innych, by wybadać reakcję i zwrócić na siebie uwagę.

Dzieci lubią eksperymentować także z zachowaniem, a raczej reakcją rodzica.

Gryzienie jest odprężające, uspokajające (na przykład po dniu pełnym emocji i bodźców), daje ukojenie, ale dziecko może w ten sposób wyrażać także samotność czy bezradność.

Gryzienie to także forma ekspresji. Maluch gryzie, bo jest rozbawiony, podekscytowany, w ferworze zabawy. Ale zdarza się też, że zaczyna gryźć, gdy jest zmęczony lub znudzony.

**Jak reagować, gdy dziecko gryzie?**

Jako rodzic małego gryzonia czujesz niepokój, a może i poczucie winy, zwłaszcza gdy twoje dziecko zatapia swe małe ząbki w innych dzieciach.

Niepotrzebnie. Nie obwiniaj się, tylko działaj. Twoja reakcja będzie zależała od tego, czy dziecko w tej roli debiutuje, czy też gryzienie jest czynnością powtarzającą się.

Trudno zachować spokój, gdy dziecko gryzie, ale cierpliwość, współczucie i zrozumienie z pewnością maluchowi pomogą  Najważniejsze to nie reagować krzykiem i złością. Dziecko nie zrozumie, o co chodzi, skupi się na dźwiękach. Co najwyżej się przestraszy.

Kiedy maluch gryzie po raz pierwszy, potrzeba szybkiej reakcji i jasnego komunikatu. Bądź życzliwa, ale stanowcza. Surowa mina to podstawa. Powiedz, że „to boli, „tak nie wolno”. Istnieje spora szansa, że przy odpowiedniej reakcji takie zachowanie się nie powtórzy.

Powiedz, że „to boli, „tak nie wolno”.

Jeśli gryzienie ma charakter permanentny, kluczowe jest znalezienie przyczyny. Zwróć uwagę na sytuacje - kiedy się to dzieje. Co ją poprzedza? Jaki powód domniemywasz? Prawdopodobne, że z czasem będziesz w stanie ją przewidzieć.

**Uniwersalna rada**

Uniwersalna rada? Gdy dziecko kogoś ugryzie, zachowaj spokój, ale stanowczym tonem, z surową miną, powiedz mu, że nie wolno gryźć. Starszemu maluchowi tłumacz, że jest to po prostu bolesne. Nie wolno gryźć, bo to sprawia innym przykrość i ból. Niestety musisz wziąć pod uwagę, że empatia może być jeszcze dziecku obca.

**Co jeszcze możesz robić, by oduczyć dziecko gryzienia?**

Poświęcaj swojemu dziecku czas i pozytywną uwagę. Wówczas maluch nie będzie czuł potrzeby zwracania na siebie uwagi rodzica radykalnymi sposobami.

Jeżeli dziecko ugryzie cię podczas zabawy, przerwij ją i wyjdź na chwilę z pokoju.

Staraj się rozszyfrować komunikację niewerbalną i od najmłodszych lat staraj się uczyć dziecko, jak rozpoznawać, ale i wyrażać emocje. Kiedy podrośnie, ucz go, by mówiło o swoich przeżyciach. Pokazuj, że zamiast gryźć ze złości czy bezsilności, można powiedzieć: „To moja zabawka” lub „Zdenerwowałeś mnie”. Złość lub frustrację można zaś wyrazić poprzez tupanie, gniecenie kartki, ściśnięcie piłeczki – czyli stawiamy na sposoby, które nikogo nie bolą i nie ranią.

Budowanie umiejętności komunikacji werbalnej wymaga cierpliwości. Nieodzowne są również łagodne, ale stanowcze komunikaty. Nie krzycz, a komunikuj się.

Jeśli widzisz, że maluch chce kogoś ugryźć, zasłoń mu na chwilkę buzię i powiedz stanowczo, ale spokojnie: "Nie wolno".

Staraj się unikać sytuacji, w których maluch mógłby zirytować się tak bardzo, że gryzie.

gdy widzisz, że starsze dziecko zaczyna się złościć, pomóż mu zrozumieć, co czuje, zanim rozładuje swoją frustrację gryząc. Odejdź z nim na bok, by mogło ochłonąć.

Jeśli widzisz, że twoje dziecko jest przytłoczone nadmiarem bodźców, wyłącz telewizor czy radio, przejdź z maluchem do innego pokoju i zajmijcie się czymś, co wycisza. Czasem pomaga chwilowa izolacja, przytulenie w ciszy czy przejrzenie książeczek.