

Ką turėtų žinoti tėvai apie kai kurias vaikų stereotipijas (stereotipija – mechaninis tam tikrų judesių kartojimas): piršto čiulpimą, nagų kramtymą, masturbaciją

Tėvams svarbu žinoti ir atsiminti, kad stereotipijos laikui bėgant kinta. Pavyzdžiui piršto čiulpimas gali transformuotis į nagų kramtymą (onichofagija) arba masturbaciją. Tai reiškia, kad bet kokia stereotipija gali pavirsti į blogą įprotį ar rimtą elgesio sutrikimą.

Kada **piršto čiulpimas** tampa problema? Iš pradžių vaikas čiulpia pirštą prieš užmigdamas. Tačiau kartais, tai tampa vieninteliu būdu spręsti psichologines problemas. Kodėl vaikas pradeda čiulpti pirštą? Galime išskirti kelias tokio elgesio atsiradimo priežastis: problemos iškilusios žindymo metu, pavojai arba kiti stiprūs išgyvenimai, problemos šeimos santykiuose, ypač santykiyje „mama-kūdikis“. Psichoanalitikai piršto čiulpimą priskiria ankstyvam oraliniam seksualumui.

Pasikartojantis **nagų kramtymas** dažniausiai yra pasąmonės atsakas į stresą, baimes, nesaugumo jausmą, neapsisprendimą, nepasitikėjimą savimi ar kitus ribojančius įsitikinimus, nepatenkintus vidinius poreikius. Skirtingais amžiaus tarpsniais galime išskirti vis kitas nagų kramtymo priežastis. Pavyzdžiui, 3-4 metų vaikas pradeda kramtyti nagus dėl tėvų dėmesio trūkumo. Tokio amžiaus vaikams labai svarbus tėvų dėmesys ir bendra veikla šeimoje. Dar negebėdamas ilgą laiką išbūti vienas, mažylis arba pradeda nuobodžiauti, arba pasijunta nemylimas, todėl kramtydamas nagus bando sumažinti nerimą, nusiraminti. Be to, tokio amžiaus vaikų nagų kramtymas gali būti susijęs su savireguliacijos ir impulsų kontrolės sunkumais. Reikėtų pažymėti, kad ne nagų kramtymas sukelia psichologinių problemų, bet nagų kramtymą sukelia emociniai sutrikimai. Nagus kramto iki kas trečio vaiko, o kas įdomiausia – paauglystėje šis skaičius linkęs augti beveik iki pusės. Jeigu vaikas turi polinkį kramtyti nagus, juos kramto 80 proc. tėvų arba vyresnių brolių, seserų. Netgi buvo įrodyta, kad pusė tėvų, kurių vaikai kramto nagus, gali turėti kokių nors emocinių sutrikimų, tokių kaip nerimo sutrikimas, nemiga ar depresija. Kokios yra nagų kramtymo priežastys mokykliniame amžiuje ar paauglystėje? Psichologai išskiria kelias tokio elgesio atsiradimo priežastis: nemokėjimas tinkamai išreikšti jausmus ar jų slopinimas, išorinės agresijos perkėlimas į vidinę (autoagresija), per didelis jautrumas, konfliktai šeimoje ir su bendraamžiais.

Masturbacija yra įgimtas įprotis. Yra duomenų, kad savo lyties organus liečia dar mamos gimdoje esantis vaisius, tačiau kol kas mokslininkai neturi duomenų kaip jis tuo metu jaučiasi, ar jam ši veikla yra maloni. Kūdikiai išrengti irgi neretai ima liesti savo genitalijas, kartais atranda,

kad jas galima trinti suspaudus šlaunis viena į kitą arba tiesiog intensyviai čiupinėti pirštais. Tokie veiksmai gali sukelti pasitenkinimą, bet ne orgazmą.

Ši stereotipija turi tiek biologines, tiek psichologines atsiradimo priežastis. Daugumos psichologų nuomone, visi maži vaikai masturbuojasi, nors tėvai kategoriškai tai neigia. Tai galime pastebėti iš berniukų erekcijos arba iš to, kad kūdikiai įsitempia, ima tankiau kvėpuoti, atrodo labai įsitraukę į kažkokią veiklą, vėliau gali aprimti ar užmigti. Pirmiausia aptarsime biologines priežastis. Kai kurie vaikų specialistai mano, kad masturbacija atrandama tuomet, kai kūdikis jaučia nepatogumą lyties organų srityje, pavyzdžiui dėl vystyklų ar sauskėlių bėrimo. Taip pat tėvams reiktų žinoti, jog labai dažna mažų vaikų masturbacijos priežastis yra vaiko organizme esantys kirminai, kurie sukelia niežulį. Todėl pastebėjus jog vaikas masturbuojasi, pirmiausia reiktų pasikonsultuoti su vaikų gydytoju.

Psichologinės priežastys. Dauguma vaikų atranda būdų, kaip nusiraminti. Vaikai mėgsta čiulpti pirštą, kad nusiramintų, ir kartais dėl tos pačios priežasties jie liečia savo lyties organus. Tokiu atveju labai svarbu suvokti, kokios galėtų būti įtampos priežastys ir pagalvoti, kaip jas galima būtų išspręsti. Pasidomėti, kaip vaikui sekasi mokykloje, kaip jis sutaria su bendraamžiais. O gal tėvai skiriasi arba kraustosi į naują gyvenamą vietą? Ar vaikas dažnai jaučiasi liūdnas arba piktas? Kartais gali būti naudinga pasikalbėti su mokytojais, išgirsti kokį vaiką jie mato mokykloje, kaip jam sekasi mokytis. Bet kokiu atveju svarbiausia ne kovoti su simptomu, tai yra įkyria masturbacija, bet spręsti ją sukėlusias priežastis. Kartais nutinka, kad masturbacija, kaip evoliucijos vystymosi fenomenas, gali transformuotis į pataloginį reiškinį, kuris stabdo vaiko raidą, tampa žalingas ir griaunantis vaiko elgesį.

Kaip elgtis tėvams susidūrus su šiomis stereotipijomis? Pirmiausia nusiraminti (galbūt tam prireiks išeiti į kitą kambarį, išgerti šalto vandens stiklinę ar arbatos) ir vėl sugrįžus ramiai pasikalbėti su savo vaiku. Galima sūnui arba dukrai pasiūlyti kokią nors kitą įdomią veiklą, ypač tokią, kur reiktų naudoti rankas. Tėvams rekomenduojama kuo dažniau vaiką apkabinti, pakutenti, pažaisti grumtynes, kad vaikas gautų daugiau dėmesio ir meilės būtent fizinio prisilietimo būdu. Jei vaikas pratinasi prie naujos aplinkos (pavyzdžiui pradėjęs lankyti darželį ar mokyklą), duoti kokį nors daiktą, kuris jam padėtų saugiai jaustis. Vaikams turintiems raidos sutrikimų, kuriems gali būti sunkiau suprasti, kokį elgesį tėvai laiko tinkamu, gali būti naudingos teigiamo pastiprinimo technikos (pavyzdžiui, jeigu vaikas nečiulpia piršto, nekramto nagų ar nesimasturbuoja – tėvai apdovanoja kokiu nors vaikui patinkančiu daiktu ar veikla). Pasistenkite, kad vaikai nenuobodžiautų. Raskite užsiėmimų ir vaikų protams, ir kūnams, kad jie turėtų ką veikti. Labai pravartu rasti būrelių, kuriuose vaikai užsiimtų mėgstama veikla, išlietų energijos perteklių, įgyjant naujų įgūdžių, stiprėtų jų savivertė. Pasiūlykite kartu leisti laiką – išeiti pasivaikščioti ar pažaisti stalo žaidimų.

Naudota literatūra:

1. <https://pasmama.tv3.lt/straipsnis/nagu-kramtymas-priezastys-ir-problemos-sprendimo-budai-2735>
2. <https://mamoszurnalas.lt/vaiku-masturbacija-nepatogi-tema/>
3. Razida Tkač. Pasakų gydytojas. Auksinė pasakų terapijos kolekcija. „50 gydančių pasakų vaikams“

Tarnybos psichologė Daiva Čėponienė