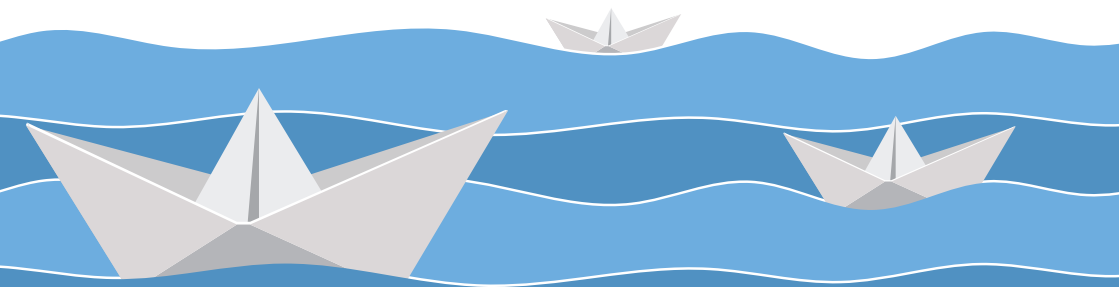


A PSZICHÉS FEJLŐDÉS JELLEMZŐI ÉLETKORI LEBONTÁSBAN

A fejlődés különböző szakaszaiban más-más jellemzi a gyermekek viselkedését, érzelmi reakcióit. Az alábbiakban a jellemzők összefoglalását láthatják, majd gyakorlati példákat olvashatnak a gyermek megnyugtására és a félelmek oldására.

A FELSOROLTAK ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK, NEM VESZIK FIGYELEMBE A FEJLŐDÉS EGYÉNI MENETÉT, MELY MINDEN GYERMEKNÉL MÁS ÉS MÁS MÓDON JELENHET MEG!





ÉLETKOR: 0-2 ÉV

Jellemző:

A bizalom kialakulásának életkora. „Ha sírok, akkor jön egy felnőtt és igyekszik megszüntetni a sírásom okát.” Ha ez megvalósul, akkor a baba bizalmat él meg a világ felé és könnyebben megnyugtatható.

példa: beszéljünk hozzá! mondjuk el előre, hogy mi fog történni és közben is jelezzük, hogy éppen mit csinálunk

Hasznos:

Éneklés, érintés és figyelemelterelés (nagy méretű formák és színek mutatása, buborékfújás, színes/egyszerű grafikájú mese kapcsolása)

példa: TomPeti, Pocoyo, Kuflik, megnyugtatóhoz/elaltatáshoz Gryllus Vilmos: Altatódal babáknak

Megnyugtató lehet...

Tudatosítani magunkban, hogy a sírás természetes kommunikációs forma a babánál, a fájdalomon kívül sok oka lehet a baba sírásának. A gyermekek fantasztikusak és rugalmasak, bízzunk bennük!



ÉLETKOR: 2-3 ÉV

Jellemző:

Az akarat kialakulásának életkora. A gyermek szeretné szabályozni a környezetét, saját testét, kíváncsian próbálgatja a világot. Ha sikert ér el ebben, akkor önállóan érzi magát, ha kudarc éri, akkor megszégyenülést él át. Izgó-mozgó, cselekvő és felfedező szakasz. Ha a kórházi körülmények között lehetőségünk van arra, hogy önállóságot biztosítsunk neki, akkor könnyebben megnyugtatható lesz és kiépül a bizalom.

példa: szaturációmérésnél „ezt vagy ezt az ujjadat adod ide?”, vérnyomásmérésnél „te vagy én nyomjam meg ezt a gombot?”, vérvételnél „ölben vigyelek vagy egyedül sétálsz oda?”

Hasznos:

Jutalmazás (*matrica, plüss, édesség*), **figyelemelterelés** (*buborékfújás, új mese mutatása, játékhangszer*) **mese/zene** (*Hahó Együttes : Miért félek? , Kufli mesék, Gryllus: Maszskabál*) , **YouTube: Sümi nem adja fel** (*Sárvári Györgyi meseíró pszichológus*)

Megnyugtató lehet...

Mindig csak a következő lépésre figyeljen és örüljön a részsikereknek is (*például elsőre sikerült a vérvétel*)! Bízson gyermekében!

KERÜLENDŐ: **megszégyenítés és bagatellizálás** (*miért sírsz, ez nem is fáj annyira*), **hasonlítás** (*nézd meg, ő nem is hisztizik*), **figyelen kívül hagyás** (*nem érdekel hogy sírsz, helyette: megértem, hogy sírsz, de ezt most muszáj megcsinálni és Te nagyon bátor leszel!*)



ÉLETKOR: 3-6 ÉV

Jellemző:

A kezdeményezés, tervezés kialakulásának életkora. A gyermek szeretne egyre önállóbban, anyától függetlenül tevékenykedni, ha ez megvalósulhat, akkor bátran fog tudni viselkedni és könnyen megnyugtatható lesz. Jellemzően hatalmas fantáziával rendelkeznek ebben az életkorban, a kíváncsiság és a szerepjátékok szakasza az ovis kor.

példa: Tudtad-e, hogyha elfújod a pitypang bóbítáit, akkor teljesül egy kíváncságod? Vagy tudtad, hogy minden kórteremnek van egy ügyeletes tündéreszuperhőse, aki figyel Téged és megjegyzi, hogy hány bátor tettet hajtottál végre?

Észlelésnél: szoborjáték *(ha megállítom a zenét, akkor neked is mozdulatlanok kell maradnod)*

Hasznos:

Jutalmazás, a gyermek bevonása a folyamatba *(kiveheted a csövet a fiókból, bekapcsolhatod a szaturációmérőt, megpróbálhatod levenni a tapaszt/kötést), bemutatás* *(nézd, megmutatom ezen a plüssön vagy magamon, hogy mi fog történni), figyelemelterelés* *(keress egy olyan dolgot a szobában, ami piros! vagy tudod hogy kell bekapcsolni anya telefonját?)*

Megnyugtató lehet...

Ha magunk is bevonódunk a játékba, fújjuk a pitypang bóbítáit, együtt hiszünk a tündérekben és igyekszünk együttműködni a gyermek megnyugtatózásában a kórház dolgozóival. Bízunk gyermekünkben! Ha együttműködést és nyitottságot tapasztal rajtunk, akkor számára is könnyebbek lesznek a napok.

KERÜLENDŐ: **tiltás mentén fogalmazni** *(ezt nem szabad, nem neked való! helyette: csináljuk úgy, hogy te nyomhatod meg ezt a gombot, ezt a másikat viszont csak nekem szabad)*



ÉLETKOR: 6-12 ÉV

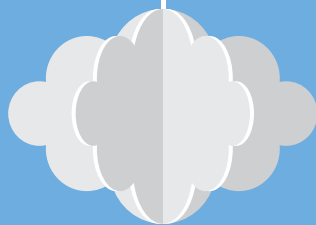
Jellemző:

A tanulás és hatékonyság életkora. Ha a gyermek hozzáértőnek érzi magát, akkor bátor és magabiztos lesz, könnyen megnyugtatható. Ha sikerélményt biztosítunk neki, akkor kihívásnak fogja fel a rá váró napokat és büszkének fogja magát érezni. **FONTOS:** ebben az életkorban alakul ki a szégyenlősség – tartsuk tiszteletben azt, hogy vannak gyermekek, akiknek kényelmetlenséget okoz mások előtt levetkőzni.

példa: Észlelésnél bevonható a folyamatba (lássuk tudod-e, hogy ezt hogy hívják? Emlékszel mit kell megnyomni?), vagy vérvételnél megtaníthatjuk neki, hogy milyen sorrendben következnek a csövek és megkérhetjük, hogy mondja el, esetleg adogassa nekünk ő. Fürdésnél, vetkőzésnél kérdezzük meg, hogy hogy csináljuk, hogyan lenne kényelmes a gyermek számára?

Hasznos:

Jutalmazás (ebben az életkorban már értik a napok múlását, így gyűjthetik apránként is, például legó-szett darabjaiból naponta egyet, vagy gyöngyökből vizsgálatonként egyet, esetleg gyógyulástervezőt is használhatunk), **vagy napi meglepetés az otthoniaktól, nyugtató mesék** (YouTube Barkóca-berkenye erdei kalandjai vagy Sümi nem adja fel), **zene** (Molnár Orsi: Ramszamszam dal, Hahó Együttes: Miért félek?, Bagdi Bella), **képi megjelenítés** (megmutatni, lerajzolni, hogy mi micsoda, mit hogy hívnak), **tanítás** (pl. monitor részeinek megmutatása)



Megnyugtató lehet...

Ha bizalmat szavazunk a dolgozóknak, nyitottak vagyunk az együttműködésre. Mindig csak a következő lépést szem előtt tartva, egy csapatként, könnyebb végigcsinálni! Bátran kérjünk segítséget, jelezzük, ha elfáradtunk vagy tehetetlenek vagyunk: a dolgozók türelme számunkra is megnyugvás lehet.

KERÜLENDŐ:

összehasonlítás (*bezzeg a Jakabka nem sír így vagy ilyen nagyfiú/nagylány már nem kellene, hogy féljen, helyette: nyugi, van, hogy a felnőttek is sírnak vagy félnek – esetleg be is mutathatjuk a „félős” arcunkat*)

ítélkezés (*ebben a korban már tudsz te egyedül is enni, anya nélkül is aludni, helyette: otthon már egyedül is meg tudod ezt csinálni*)

fenyegetés (*ha nem akarsz enni/inni, akkor jön az infúzió, helyette: azért fontos, hogy igyál/egyél, hogy elkerüljük az infúziót*)



ÉLETKOR: 12-18 ÉV

Jellemző:

: A serdülőkor az identitás kialakulásának kora. A gyerekek próbálgatják a szerepeket: kedvesek, durcásak, szemtelenek, bújósak stb. Nehéz kiigazodni rajtuk ebben a korban, ugyanakkor már önállóak, bevonhatóak a folyamatba és ha tisztelettel bánunk velük, akkor megtalálják a helyüket a számukra furcsa kórházi közegben. **FONTOS:** ebben az életkorban már kialakult a szégyenlősség, mely intenzív testi változásokkal is együtt jár (takargatják a testüket, kényelmetlen nekik az érintés, a vizsgálatok, a meztelenség).

Példa: A vizsgálatok során vegyük komolyan a gyermeket, adjunk teret annak, hogy ő válaszolhasson az orvos vagy a nővér által feltett kérdésekre! Tartsuk tiszteletben, ha fáj neki vagy szégyenlős, ha sír vagy duzzog (legyünk biztosak abban, hogy el fog múlni 😊). „Megértem, néha a felnőtteknek is fáj, de Te nagyon erősnek/bátornak/vagánynak tűnsz, hamar megoldjuk..” vagy „Hogy lenne kényelmes átöltöznöd/levetköznöd/pisilned? Megoldod egyedül?

Hasznos:

humor és játék...annak kiemelése, hogy a gyermek kompetens és nem teljesen kontrollvesztett ebben a folyamatban, át tud öltözni, el tud menni mosdóra, le tudja mérni a súlyát stb. Viccesen köthetünk fogadást (*például „ha meg mered mondani az orvosnak/nővérnek, hogy milyen vicces/kedves/csinos, akkor kapsz valamit”*), vagy a családi kommunikációból átvett humort alkalmazzuk. Hagyjuk, hogy a gyermek kapcsolatot teremtsen a szobatárssal, segítsük őt/őket ebben, biztassuk nyitottságra.



Megnyugtató lehet...

Ha együtt tőrünk a gyermekkel, ha biztatjuk magunkat, hogy egyszer vége lesz. Mindig csak a következő lépésre koncentrálnunk és kiemeljük a nap apró sikereit **(például ma nem volt vérvétel)**. Összemosolygunk a szomszéd ágy melletti szülővel egy duzzogós napon, vagy kifejezzük a gyermekünk felé együttérzésünket egy indulatos reakció esetén, illetve biztosítjuk arról, hogy nem sértődünk meg **(tehát levesszük a kínos pillanatok terhét a vállukról)**.

KERÜLENDŐ:

összehasonlítás a szobatársakkal („látod Jakabkával sem marad tovább az anyukája, őt sem etetik)

túl alacsony elvárás („lemérem/beírom helyetted” például egy egyszerű súly-, vagy magasságmérésnél)

túl magas elvárás („egy ilyen nagyfiú/lány már magától zuhanyzik, nem megyek veled)



MINDEN KOROSZTÁLYNÁL HASZNOS MÓDSZEREK:

JUTALMAZÁS

KÉPI MEGJELENÍTÉS

FIGYELEMELTERELÉS/SZORONGÁSOLDÁS

ELFOGADÁS *(Mindenki úgy boldogul, ahogy tud! Jogod van az érzelmeidhez, belefér, ha sírsz vagy dühös vagy!)*

Világos, hogy ezek a tippek, trükkök sem mindenhatóak és vannak olyan esetek, amikor egyik sem használ. Mégis azt gondolom, hogy érdemes próbálkozni, hiszen vesztenivalónk nincs, illetve ha beválik, akkor gördülékenyebbé tehetjük a kórházban tartózkodást és könnyebbé a mindennapokat!

Itt vagyunk, segítünk, szívvvel dolgozunk!!

