

Pomaganie dziecku, które łatwo się złości



Wszystkie dzieci czasami się złością i mogą nawet zachowywać się agresywnie, kiedy są zdenerwowane lub sfrustrowane. Jednakże niektóre dzieci mogą się wydawać pobudliwe i agresywne przez większość czasu. Zarówno warunki w domu czy przedszkolu, jak i temperament dziecka, wpływają na poziom agresji w jego zachowaniu. Nauczyciele nie są w stanie zmienić warunków życia czy temperamentu dziecka, ale mogą pomóc mu w radzeniu sobie ze złością.

Obserwuj, aby zrozumieć

Co jest przyczyną pojawienia się u dziecka złości i agresji? Czy dziecko denerwuje się, gdy zaczyna robić coś nowego, lub denerwuje się, gdy mama zostawia je rano w przedszkolu lub w żłobku? Czy może traci cierpliwość, gdy jest głodne lub zmęczone lub, gdy dookoła dużo się dzieje i jest głośno?

Redukuj potencjalne czynniki sprzyjające pojawieniu się złości u dziecka

Jeżeli dziecku trudno jest rozstać się z rodzicem rano w żłobku lub przedszkolu, spróbuj pobyć z nim dłużej, aby pomóc mu w przystosowaniu się do nowej sytuacji. Jeżeli twoje dziecko z trudnością znosi zmiany, powiedz mu wcześniej, że dana czynność wkrótce się skończy i wyjaśnij, co będzie potem robiło.

Komunikuj reguły jasno, konsekwentnie i rzeczowo.

Powiedz dziecku, czego od niego oczekujesz. Wyjaśnij, jakie zachowania dziecka uważasz za niewłaściwe. „ Nie chcę żebyś bił inne dzieci. Nie chcę także, żeby ktoś inny ciebie bił. Powiedz Amber, że ty także chciałbyś pojeździć na rowerze, a jeżeli to jest niemożliwe, porozmawiamy o czymś innym, co mógłbyś robić”

Przewiduj problemy, które mogą się pojawić

Staraj się być blisko dziecka, żeby przypomnieć mu, jak się zachować, aby uniknąć złości i agresji. Jeżeli Ben często kłóci się z Jamalem o to, jak zbudować domek z klocków, spróbuj szepnąć do ucha Benowi, kiedy on ma zamiar się pobawić z Jamalem „ Pamiętaj o tym żeby rozmawiać z Jamalem. Zapytaj się go, czy możesz pomóc mu zbudować wieżę.”

Nie koncentruj się na tym, co może powodować złość u dziecka

Skoncentruj się na zdolnościach i zainteresowaniach dziecka. Jeżeli Sharon lubi rysować lub bawić się w piłkę, zaplanuj swój czas tak, aby regularnie uczestniczyć razem z Sharon w jej ulubionych czynnościach. Powiedz coś pozytywnego na temat rysunków Sharon i jej wysiłku. „ Twoje rysunki oddają każdy szczegół” lub „ Jestem naprawdę pod wrażeniem, jak daleko możesz rzucić piłką”!

Zwróć uwagę na postęp, jaki robi twoje dziecko i ciesz się z każdego kroku do przodu

Zwróć uwagę, kiedy dziecko odniesie sukces. „Słyszałem, że rozmawiałeś dzisiaj w piaskownicy z Joshem. Spytałeś się go, czy może zrobić miejsce na twój zamek z piasku i on to zrobił!” Dodatkowy uścisk, uśmiech lub poklepanie po plecach może podbudować kogoś, kto ciężko zapracował sobie na sukces.

English Title: Helping the Often-Angry Child



29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telefon: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732
Za darmo: 877-275-3227 (Voice/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State Board of Education

Więcej stron z poradami możesz znaleźć pod adresem <http://illinoisearlylearning.org>