

# VIDOKEZO 10 VYA KUKOMESHA UCHOKOZI

NEWCOMER  
PARENT  
RESOURCE  
SERIES

Inaweza kuwa changamoto kujibu kwa upole wakati watoto wanapokuwa wachokozi, lakini ni muhimu kukumbuka kwamba watoto wadogo wachokozi huwa wanajieleza kwa njia ambayo Wanavyojua.

Vidokezo hivi kumi hapa chini husaidia kujibu kwa upole na kwa uthabiti kwa tabia ya uchokozi. Kwa kuwa mwenye upendo, mtulivu na mwenye subira, unaweza kumsaidia mtoto wako kuhisi salama na amelindwa unapokuwa ukielekeza tabia yake na kuweka mipaka. Baada ya muda, unaweza hata kuzuia tabia hiyo ya uchokozi dhidi ya kufanyika.



1. Kuwa na matarajio halisi kuhusu yale mtoto wako anaweza kufanya au kutofanya. Gundua kwamba watoto wanahitaji kujifunza kujidhibiti polepole.
2. Kuwa na mpango wazi wa jinsi utashughulikia uchokozi wake.
3. Hakikisha mtoto wako anajua kwamba amefanya kitu kibaya. (k.m., Kugonga humiza.)
4. Onyesha mtoto wako jinsi anavyoweza kufanya ili kupata anachohitaji au kutaka. Msifu kwa juhudi zake.
5. Kuwa mfano wa tabia unayotaka. Onyesha mtoto wako jinsi unavyotaka afanye.
6. Chukua muda na mtoto wako. Mhusishe mtoto wako wakati unafanya vitu. Zima TV na simu ya mkononi ili uweze kufurahia kuwa pamoja.
7. Punguza shughuli za kimwili wakati mtoto wako amefurahi au amechoka sana.
8. Kuwa thabiti na tabia unayotarajia, lakini kuwa mwepesi wakati mtoto wako amechoka, ana njaa au ana wasiwasi.
9. Tafuta wakati kila siku wa shughuli nzuri za kimwili (k.m., kukimbia, kuruka, kupanda, kucheza densi, kubiringika).
10. Kuwa mtulivu, mpole, mwenye matumaini na upendo kwa mtoto wako, haijalishi jinsi anavyofanya.

Tembelea [cmascanada.ca/cnc/parents](https://cmascanada.ca/cnc/parents) kwa maelezo zaidi ya lugha mbalimbali ya wazazi



SUPPORTING CHILD CARE IN THE SETTLEMENT COMMUNITY / SOUTIEN DE LA GARDE DES ENFANTS DANS LA COMMUNAUTÉ DE RÈGLEMENT

Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada