

MIT TEHETEK, HA A GYERMEKEM AGRESSZÍV?

NEWCOMER
PARENT
RESOURCE
SERIES

Az agresszíven viselkedő gyermek gyakran az általa ismert egyetlen módon reagál a stresszre és nyugtalanságra. A gyermeke külön segítségre szorul, hogy kialakuljon a biztonságérzete. Szeretettel, nyugalommal és türelemmel nagy változást tud elérni.

Szülőként nehéz lehet gyermeke közelében maradni, amikor agresszíven viselkedik, de az Ön ideje, törődése és figyelme pontosan az, amire szüksége van. Amikor teljes figyelmét a gyermekére fordítja, könnyebb észrevenni, amikor csalódottság, düh, fáradtság vagy éhség vesz rajta erőt, tehát már előre segíthet, mielőtt kezdetét veszi az agresszív viselkedés. Ami még fontosabb azonban az, hogy jelezze gyermekének, hogy bármi történik, Ön mindig szeretni fogja.



Hogyan kell kezelni az agresszivitást

- Ha gyermeke agresszíven reagál az elválasztásra, rá kell ébrednie, hogy még nem áll készen arra, hogy még akár rövid időre is távol legyen Öntől.
- Ha könnyen úrrá lesz rajta a csalódottság, gyermeke külön segítségre szorulhat az öltözködésben, evésben, vagy a WC használatában.
- Készüljön fel, hogy az agresszív gyermeknek több gondoskodásra, kényelemre és figyelemre van szüksége. A nagy indulatok néha félelmetesek lehetnek! Például szükség lehet arra, hogy ellenőriznie kell, hogy a szekrényben és az ágy alatt nem bújik-e meg valamilyen veszélyes dolog. Lehet, hogy gyakrabban kell ölbé venni őket, és ha rémálmaik vannak, többször be kell bújni melléjük az ágyba.
- Figyelje meg a gyermekét annak érdekében, hogy megértse az agresszivitását.
 - Mi vezet az agresszív viselkedéshez?
 - Milyen módon próbálja a gyermek elérni a célját, mielőtt agresszív viselkedéshez folyamodna?
 - Milyen mintákban fejezi ki az agresszivitást? (Például jellemzően pont a vacsora előtt, vagy a délutáni alvás elmaradásakor?)
- Nyugodtan és azonnal állítsa le az agresszív viselkedést.
 - Először uralkodjon saját dühén.
 - Menjen közel és hajoljon közel a gyermekéhez, és mondja azt, hogy „hagyd abba” (a saját nyelvükön).
 - Használja a kezét, hogy elállja az ütés útját, vagy hogy elkaphassa. (Legyen óvatos, hogy ne használjon túlzott erőt a gyermek agresszivitásának megakadályozására.)
- Próbálja elmondani a gyermeknek, hogy hogyan viselkedett. (például, „Dühös voltál.” „Te akartad.”) Amikor érzik, hogy megértette őket, a gyermekek könnyebben megnyugszanak.
- Győződjön meg róla, hogy megértették-e a szabályokat. (például Nem szabad ütni.)
- Segítsen a gyermekének, hogy megtanuljon más módokat, amivel elérhetik, amit akarnak. (például kérdezzék meg „Játszhatok?” ahelyett, hogy csak elkapnák a játékot.)
- Tegye világossá, mit tesz, ha ez újból előfordul. (például „A játék el fog tűnni, ha dobálsz.”)
- Változtassa a játékot valami nyugodtabb, kisebb önuralmat igénylő helyzetté.)

Látogasson el a cmascanada.ca/cnc/parents weboldalra további többnyelvű, a szülőknek szóló információkért



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