

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК АГРЕССИВЕН?

NEWCOMER
PARENT
RESOURCE
SERIES

Агрессивные дети часто реагируют на стресс и беспокойство единственным известным им способом. Вашему ребенку может понадобиться дополнительная помощь, чтобы почувствовать себя в безопасности. Для этого вам необходимо быть любящим, спокойным и терпеливым родителем.

Вас может раздражать агрессия ребенка, но ему действительно нужна ваша забота и внимание. Когда вы полностью уделяете внимание вашему ребенку, вы быстрее замечаете, когда он начинает расстраиваться, сердиться, уставать или хотеть есть, и можете помочь ему до того, как он станет агрессивным. Главное, чтобы ваш ребенок знал, что независимо от того, что происходит, вы всегда будете его любить.



Как справиться с агрессией

- Если ваш ребенок агрессивно реагирует, когда вы куда-то уходите, вы должны понимать, что он может быть не готов оставаться без вас даже на короткое время.
- Если ребенок быстро раздражается, ему может потребоваться дополнительная помощь при одевании, во время еды или посещения туалета.
- Будьте готовы окружить агрессивного ребенка дополнительной заботой, комфортом и вниманием. Ребенка пугают собственные чувства! Например, ему может понадобиться ваша помощь, чтобы заглянуть в шкафы или под кровати, чтобы убедиться, что там нет ничего опасного. Возможно, его нужно брать на руки чаще или спать рядом, если у него бывают ночные кошмары.
- Наблюдайте за своим ребенком, чтобы понять причину агрессии.
 - Что приводит к агрессии?
 - Каким образом ваш ребенок пытается получить желаемое, прежде чем начать действовать агрессивно?
 - Существует ли какая-то закономерность в его агрессии (например, происходит ли это непосредственно перед ужином или когда ребенок не спал днем)?
- Остановите агрессию спокойно и быстро.
 - Контролируйте свой гнев.
 - Подойдите к ребенку, наклонитесь к нему и скажите «стоп» (на своем языке).
 - Остановите удар или захват руками (будьте осторожны и не используйте чрезмерную силу, чтобы остановить ребенка).
- Попытайтесь описать его чувства (например, «Ты рассердился». «Ты этого хотел»). Когда ребенок чувствует, что его понимают, ему легче успокоиться.
- Научите его правилам (например, драться нехорошо).
- Помогите ребенку научиться получать то, что он хочет или то, что ему нужно, другими способами (например, спрашивать: «Можно поиграть?» вместо того, чтобы хватать игрушки.)
- Дайте понять, что вы сделаете, если поведение повторится (например, «Я заберу игрушку, если ты будешь ее бросать»).
- Поиграйте в другую, более спокойную игру, которая требует меньше самоконтроля.

Посетите веб-сайт cmascanada.ca/cnc/parents, чтобы получить дополнительную информацию для родителей на разных языках



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