

ÇOCUĞUM SALDIRGANSA NE YAPABİLİRİM?

NEWCOMER
PARENT
RESOURCE
SERIES

Saldırgan çocuklar stres ve kaygı duygularına genellikle tek bildikleri şekilde cevap verirler. Çocuğunuz güvende hissedebilmek için ek yardıma ihtiyaç duyuyor olabilir. Sevgi dolu, sakin ve sabırlı olarak büyük bir fark oluşturabilirsiniz.

Çocuğunuz saldırganca davranışlar sergilediğinde bir ebeveyn olarak onun yanında olmak zor olabilir fakat onun tam da ihtiyacı olan şey ona zaman ayırmanız, onu önemsememiz ve ona dikkatinizi vermenizdir. Çocuğunuza tüm dikkatinizi verdiğinizde ne zaman hayal kırıklığına uğramaya, sinirlenmeye, yorulmaya veya acıkmaya başladığını fark etmeniz kolaylaşır. Böylece o saldırganlaşmadan evvel ona yardım edebilirsiniz. En önemlisi ise ne olursa olsun çocuğunuzun onu her zaman seveceğinizi bilmesini sağlayın.



Saldırganlıkla Nasıl Başa Çıkılır

- Çocuğunuz ayrılmalara saldırganca tepkiler veriyorsa bilin ki kısa bir süreliğine bile olsa sizden ayrı kalmaya hazır olmayabilirler.
- Çabuk hayal kırıklığına uğruyorsa çocuğunuzun giyinme, yemek yeme ya da tuvaleti kullanma gibi konularda ek yardıma ihtiyacı olabilir.
- Saldırgan bir çocuğa ek bakım, konfor ve ilgi sunmaya hazırlıklı olun. Hissettikleri büyük duygular onlar için korkutucudur! Örneğin tehlikeli bir şey olmadığını anlamak için dolap içlerini ya da yatak altlarını kontrol etmesine yardım etmenize ihtiyaç duyabilirler. Daha sık kucağa alınmak isteyebilir ve kabus gördüğünde yanında uyumanıza ihtiyaç duyabilir.
- Çocuğunuzun saldırganlığını anlamak için onu izleyin.
 - Saldırganlığa neden olan şey ne?
 - Çocuğunuz saldırgan davranış sergilemeden önce istediğini ne şekillerde almaya çalışıyor?
 - Saldırganlığının belirli bir modeli var mı? (Örn. Akşam yemeğinden hemen önce ya da kısa uyku uyuyamadığında mı oluyor?)
- Saldırganlığa sakince ve hemen müdahale edin.
 - Önce kendi öfkenizi kontrol edin.
 - Çocuğunuza yaklaşın ve ona (kendi dilinizde) “dur” derken eğilin.
 - Vurmaya ya da zorla almayı engellemek için ellerinizi kullanın. (Çocuğunuzun saldırganlığını kontrol etmek için çok fazla güç kullanmamaya dikkat edin.)
- Onun duygularını tanımlamaya çalışın. (Örn. “Kızgındın.” “Onu istedin.”) Çocuklar anlaşıldıklarını hissettiklerinde daha kolayca sakinleşirler.
- Kuralları bildiklerinden emin olun. (Örn. Vurmak doğru değil.)
- Çocuğunuzun, istediği ya da ihtiyaç duyduğu şeyi almak için başka yollar öğrenmesine yardım edin. (Örn. Oyuncakları zorla almak yerine “Oynayabilir miyim?” diye sormak.)
- Tekrar olması halinde nasıl davranacağınızı açıklığa kavuşturun. (Örn. “Oyuncağı atarsan alırım.”)
- Oyunu daha az öz kontrol gerektiren daha sakin bir şeye dönüştürün.

Daha fazla birden çok dildeki ebeveyn bilgisi için cmascanada.ca/cnc/parents adresini ziyaret edin



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