

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 po-
być 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 działaliście dzisiaj w piaskownicy razem 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



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732
Toll-free: 877-275-3227
Email: iel@illinois.edu
<http://illinoisearlylearning.org>

**Illinois State
Board of Education**