

Trudne zachowania dziecka

Każde dziecko ujawnia trudne zachowania. Dla rodziców jest to spore wyzwanie. Pojawiają się pytania - Co mam robić? Jak reagować? Nie ma gotowych recept, działających na każde dziecko. Nie ma gotowych schematów, które szybko rozwiązywałyby pojawiające się trudności. Są jednak wskazówki, są wspierające sposoby myślenia i reagowania, które dają szansę na to, że dziecko nauczy się prawidłowych sposobów radzenia sobie z frustracją, złością, niespełnieniem oczekiwań...

Wskazówki:

1. Otwarta i stanowcza komunikacja w sytuacji trudnej (impulsywność, agresywność).

Np.

Nie zgadzam się na to co robisz!

Nie chcę, żebyś się w ten sposób zachowywał! (np. bił, kopał, zabierał, mówił wulgaryzmy).

Nie podoba mi się twoje zachowanie!

Protestuję!

Są to komunikaty odwołujące się do siebie samego, do swoich uczuć i zasad.

W naszym domu inaczej wyrażamy złość.

W naszym domu nie zgadzamy się na takie zachowanie.

Są to komunikaty odwołujące się do miejsca, do zasad w nim panujących.

Komunikaty są skuteczne, kiedy kierowane są prosto do dziecka – patrzę w oczy, przykucam na jego wysokości, czasem potrzebuje gestu, np. położenia ręki na ramieniu, wzięcia za rękę, głosem stanowczym, ale nie agresywnym.

2. Wzmacnianie pozytywnych zachowań oraz sytuacji powstrzymywania się od negatywnych zachowań.

Np.

Bardzo ładnie współpracujesz.

Stosujesz się do zasad.

Zauważyłam, że powstrzymujesz się od brzydkich słów.

Brawo! Potrafisz to zrobić!

3. Wycofywanie uwagi w sytuacjach pojawiania się złych zachowań.

Jeśli niewłaściwe zachowanie dziecka nie krzywdzi innych – zignoruj je.

Jeśli jest krzywdzące dla innych – zastosuj komunikaty (punkt 1) i bardzo szybko przekseruj uwagę z dziecka agresywnego na dziecko pokrzywdzone, okaż mu troskę, przelej całe swoje zaangażowanie na nie, dając w ten sposób sygnał dziecku, które ujawniło nieprawidłowe zachowanie, że traci wówczas Twoją uwagę i zainteresowanie.

4. „Kuj żelazo póki zimne,,- nie tłumacz dziecku zasad, kiedy jest wzburzone, nie wyznaczaj wtedy konsekwencji, nie wchodź w konfrontację. Oceń sytuację – czy dziecko trzeba odseparować (bo zagraża sobie lub innym), czy wystarczy nazwać jego uczucia, np.

Widzę, że jesteś zły, wściekły, tak bardzo że uderzyłeś koleżankę.

Widzę, że jest ci bardzo trudno w tej sytuacji.

5. Modeluj zachowanie dziecka, ucz jak radzić sobie z emocjami.

Np.

„W naszym domu inaczej wyrażamy złość. Chętnie nauczę cię tego i wierzę, że będziesz potrafił to zrobić. „

Skuteczne interwencje wychowawcze są dopasowane do potrzeb konkretnego dziecka np. zaproponowanie dziecku chwili odosobnienia, uczenie dziecka obserwowania swojego pobudzenia i wycofywania się w sytuacji dużego napięcia.

Pokazywanie, jak można inaczej się zachować – przykład: „Zamiast bić i wrywać, podejdź i powiedz „teraz moja kolej,,.

Codzienna praca na rzecz uczenia konkretnych, prostych umiejętności (jak wyrażać złość, jak prosić, jak czekać na swoją kolej, co zrobić kiedy bardzo czegoś chce, jak wyciszać emocje itp.) może z czasem przynieść zmianę zachowania dziecka.

Kochani Rodzice i Wychowawcy, wykonujecie codziennie drobiazgową pracę, wykazując swoje kompetencje i zaangażowanie. Życzę, abyście cieszyli się efektami swojej pracy.

Sporządziła:

Monika Bosek-Wadas

Psycholog