

Ako sa takticky vyhnúť negatívnym prejavom v správaní sa dieťaťa

Ked' zistíte, že sa u dieťaťa blíži záchvat zlosti, bojovná nálada, že sa chystá trucovať alebo niečo podobného, skúste použiť niektorý z nasledujúcich postupov, aby ste sa tomu vyhli, alebo ich aspoň zmiernili:

- zamerajte pozornosť dieťaťa na nejakú novú činnosť alebo hračku, prípadne dieťa odveďte do inej miestnosti alebo do iného prostredia;
- skúste dieťa niečím rozosmiať, vystískajte ho, pohľadte ho;
- nechajte dieťa, aby vyjadrilo svoje negatívne emócie alebo násilné správanie sa bezpečným a priateľským spôsobom. Zhadzovanie kociek alebo papierových krabíc, krájanie a modelovanie plastelíny, boxovanie do krabice, maľovanie alebo kreslenie divokých obrázkov a hovorenie o nich, trhanie novín, hádzanie lôpt do odpadkového koša, také a podobné hry pomáhajú usmerňovať agresivitu, hnev a ďalšie deštruktívne prejavy;
- pokiaľ je dieťa toho schopné, doprajte mu čo najviac pohybu, aby sa zbavilo prebytočnej energie zdolávaním preliezačiek, jazdou na trojkolke, behaním a pod. Staršie deti môžu jazdiť na bicykli, kolieskových korčuľiach, tancovať, cvičiť gymnastiku alebo sa venovať kolektívnym športom;
- zasiahnite, keď sa kvôli nespútanej aktivite schyluje k domácej katastrofe a vezmite dieťa ku kludnejšej činnosti (knižke, stolnej hre, jedeniu alebo sledovaniu televízie);
- ukludňujúcu činnosť zaraďte pravidelne a používajte ju vždy, keď je potrebná. Hry s pískaním a predovšetkým s vodou majú na deti ukludňujúci vplyv. Opakovaná Činnosť, ako napr. guľkanie guľčiek alebo stláčanie gumových zvukových hračiek, dáva deťom pocit uspokojenia. Podobne je tomu so skladačkami (puzzle), vyšívaním a počítačovými hrami, pokiaľ tieto činnosti zodpovedajú veku dieťaťa;
- niekedy je vhodnejšie, keď vás môže zastúpiť ďalšia osoba vo chvíľach, keď sa medzi vami a vašim dieťaťom schyluje k nejakému výstupu. Dieťa môže v takých chvíľach milo prekvapiť svojimi reakciami voči tretej osobe. Môže sa jednať o vášho partnera, blízkeho príbuzného alebo iného rodiča. Vždy je treba s dotyčným najskôr prediskutovať a dohovoriť sa s ním, že vás bude zastupovať len na vaše výslovné požiadanie. Nemalo by to vyústiť v podkopávaní vašej autority alebo kritiky vašej osoby;
- pokiaľ vaše zmenené taktiky na vaše dieťa neplatia, držte ho u seba pevne i nežne a kludným hlasom mu vysvetlite, že rozumiete jeho pocitom, ale že mu nemôžete dovoliť rozbíjať veci alebo niekomu ubližovať. Pokiaľ vás dieťa počúva a ukludní sa, zaujmite ho novou činnosťou.