

Agresivnost u djece

Ana Meštrović, savjetnica za odnose s javnošću u Smart grupi

Kako povećati asertivnost, a smanjiti agresivnost djeteta

Koliko ste puta čuli savjet da budete primjer svome djetetu? Činjenica je da dijete uči ponašanje od svojih roditelja. Osim roditelja i ostale osobe od povjerenja poput učitelja,

prijatelja i članova obitelji mogu naučiti dijete kako se nositi s osjećajem ljutnje bez upotrebe agresije. Pripremili smo za vas nekoliko savjeta koji bi vas mogli dovesti do pozitivnih promjena u djetetovu životu.

1 Budite primjer svojoj djeći

Djeca uglavnom uče prema primjerima. Većina djece ponekad reagira agresivno i može udariti drugu osobu. Upozorite dijete da to nije



←←← prihvatljivo ponašanje te da postoje i drugi načini rješavanja sukoba. Pohvalite dijete ako sukob riješi nenasilnim putem.

2 Ne tucite djecu

Fizičko kažnjavanje djeteta nikad ne bi smjelo biti vaše rješenje pri pojavi problema. Prije svega zato što ćete određena ponašanja tek privremeno spriječiti, a udarci, ma koliko teški bili, postaju navika. Umjesto toga, predložimo da djetetu posvetite vrijeme, objasnite mu kako se osjećate kada se ponaša neprimjereno te kako biste voljeli da se ponaša. Ako smatrate da postoji razlog da za svoje postupke dijete bude kažnjeno, pružite mu „time out“ tako da nekoliko minuta mora samo mirno sjediti bez igranja i ostalih stvari koje ga vesele. Na taj će način dijete biti zadovoljno, lakše će moći uvidjeti koliko vam je stalo do njega te će lakše shvatiti kako izbjeći takve situacije u budućnosti.

3 Budite dosljedni

Pri postavljanju pravila budite dosljedni. Baš kao i vama i djetetu je potrebna struktura

te jasno postavljena očekivanja. Uključite djecu u postavljanje pravila koja se odnose na njih te im jasno objasnite koje su posljedice ako ih se ne pridržavaju.

4 Pružite ljubav i pažnju

Svakom je djetetu potreban blizak odnos s roditeljima pun ljubavi kako bi se osjećalo sigurno te kako bi razvilo osjećaj povjerenja. Također, značajno je manja vjerojatnost da će se kod djeteta javiti poremećaj u ponašanju ako ste kao roditelj posvećeni djetetu te ono zna kako vam se može obratiti u svakom trenutku. Ako niste sigurni kako postupiti u određenoj situaciji ili vam se roditeljstvo ponekad učini kao prevelik izazov, nemojte se sramiti i zatražite pomoć stručnjaka. U vrtićima, školama i specijaliziranim ustanovama zaposleni su stručnjaci koji će rado porazgovarati s vama, dati vam savjete i pomoći pri otklanjanju eventualnih dilema.

5 Budite tu kad vas dijete treba

Jedna od najvažnijih stvari u odgoju djeteta stvaranje je odnosa povjerenja na relaciji

dijete - roditelj. Djeca ovise o vašoj podršci i potrebna im je sigurnost koju im samo vi možete pružiti. Dajte im do znanja da vam mogu bezuvjetno vjerovati i da ste uz njih čak i onda kad sve ne ide po planu.

6 Zaštitite djecu od izloženosti nasilju

Nasilje može ostaviti traga na vašem djetetu, neovisno o tome javlja li se u kući i bližoj okolini ili na tv-u, u knjigama i videoigricama. Nasilje je štetno i protiv njega se trebate boriti. Pokušajte utjecati na dijete i poticati ga na razvoj vlastitog mišljenja i podržavajte nenasilan način rješavanja sukoba. Djeca koja su izložena nasilju u obitelji i bližoj okolini sklonija su nasilju općenito. Potaknite svoje dijete da se odupre nasilju. Pomognite mu da shvati kako je to definitivno teži, ali svakako ispravniji put. Naučite ga da treba prihvaćati drugačije od sebe kao sebi jednake. U svome domu radite na stvaranju nenasilne okoline i ne tolerirajte nasilje ni u jednoj situaciji. Sve vrijeme vodite se time da ste upravo vi i vaše ponašanje najbolji primjer svom djetetu.

ŠKOLA STRANIH JEZIKA SMART
PALINOVEČKA 19 (VRBANI III), ZAGREB

TEL: 01/3874 355

GSM: 091/3874 358

MAIL: info@smart-jezici.hr

WEB: www.smart-jezici.hr