

Trudne zachowania i jak sobie z nimi radzić

1. Trudne zachowanie: Bicie, kopanie, rzucanie przedmiotami.

Propozycje rozwiązań:

- stanowcze przekazanie braku zgody na takie zachowanie, przytrzymanie delikatnie rąk jeśli chciałoby nas uderzyć
- wytłumaczenie emocji, zaakceptowanie jej, powiedzenie, że złość jest ok, ale agresja nie
- darcie kartek papieru,
- silne uderzanie w poduszkę,
- krzyczenie w poduszkę
- rozmowa na temat wyrażania złości w sposób akceptowalny społecznie, wskazywanie na to, iż biciem robi się komuś krzywdę
- tablica punktowa (punkt za każde wyrażenie złości w sposób akceptowalny, po kilku punktach jakiś bonus np. czas na grę, wspólny czas, zrobienie popcornu..)

2. Trudne zachowanie: Histeria

Propozycje rozwiązań:

- danie czasu na przeżywanie emocji, bycie obok - zapewnienie dziecka, że jesteśmy dla niego,
- nie pozwalanie na agresję w stosunku do osób czy zwierząt, spokojny głos
- próba na odległość lub w przytuleniu nauki oddychania i uspokajania się
- rozmowa po uspokojeniu i próba dojścia co się stało i znalezienia wspólnego sposobu na reagowanie wcześniej

3. Trudne zachowanie: Brzydkie słowa

Propozycje rozwiązań:

- zwrócenie uwagi, że nikt w domu tak nie mówi i nie rozumiemy tych słów
- brak reakcji
- jeśli w domu pojawiają się takie słowa ze strony dorosłego, przeprosiny za użycie słowa brzydkiego, tak by dziecko wiedziało, że to coś złego

4. Trudne zachowanie: Dotykanie miejsc intymnych w miejscach publicznych

Propozycje rozwiązań:

- wytłumaczenie dziecku co to są miejsca intymne i kiedy może je dotykać (jest to normalna część rozwoju człowieka) i dlaczego jest to niestosowne i niebezpieczne w miejscach publicznych
- przeczytanie książki „Moje ciało”
- brak awantury, ustalenie miejsca i czasu kiedy dziecku może poznawać swoje ciało np. przed snem

5. Trudne zachowanie: Nie wykonywanie prośb, poleceń

Propozycje rozwiązań:

- rozmowa o zasadach jakie panują w domu, kodeks domowy, który wszyscy tworzą i podpisują
- ułożenie grafiku obowiązków
- wytłumaczenie, że brak jego reakcji powoduje, że Państwo też nie będą reagować na jego prośby
- tablica punktowa jako motywator

6. Trudne zachowanie: Awantura w sklepie

Propozycje rozwiązań:

- oddychanie, skupienie się na dziecku, danie mu czasu, nie dopuszczanie do niego obcych ludzi
- kucnięcie przy dziecku, zapytanie jak możemy mu pomóc, przytulenie jeśli zechce, wyjście ze sklepu żeby ochłonić
- przed pójściem na zakupy ustalenie z dzieckiem co kupujemy i po co przyszliśmy

7. Trudne zachowanie: Awantura o wyłączenie bajki

Propozycje rozwiązań:

- ograniczenie elektroniki, a najlepiej odstawienie na jakiś czas
- ustalenie z dzieckiem przed włączeniem ile bajek lub ile czasu może oglądać i konsekwencja

- zmiana telefonu na telewizor lub ewentualnie komputer (treści dopasowane do wieku dziecka)
- brak rutyny w oglądaniu (niech to nie będzie stały punkt dnia)
- wprowadzenie słuchowisk

8. Trudne zachowanie: Uciekanie na dworze

Propozycje rozwiązań:

- ustalenie z dzieckiem zasad wyjścia i konsekwencji jeśli coś pójdzie nie tak jak miało być np. powrót do domu
- wytłumaczenie dziecku dlaczego uciekanie jest niebezpieczne i co wtedy czujemy
- zlikwidowanie na jakiś czas np. roweru czy hulajnoty jeśli dziecko ucieka mając pojazd

9. Trudne zachowanie: Odmowa jedzenia

Propozycje rozwiązań:

- wspólne przygotowywanie posiłków
- danie dziecku zanim to zostanie przygotowane dwóch czy trzech dań do wyboru
- pozwolenie na niejedzenie, ale uprzedzenie kiedy jest następny posiłek (dziecko będzie musiało poczekać)
- uatrakcyjnienie posiłku np. zrobienie z kanapki ludzika, danie dziecku foremek do wykrawania ciastek kiedy je omleta czy jajko sadzone, by mogło wyciąć sobie kształty, zrobienie gofrów na śniadanie czy kolację (zdrowych, bez cukru, ale z bananem)

10. Trudne zachowanie: Odmowa ubrania się

Propozycja rozwiązań:

- wybranie z dzieckiem poprzedniego wieczoru stroju, który chce założyć dnia następnego
- danie rano do wyboru 2 kompletów rzeczy do ubrania
- zgoda na to co dziecko wybrało nawet jeśli jest to nieco nie pasujące