

•Rodzicu! Stop!

**Jak radzić sobie
z trudnym dzieckiem?**

Do trudnych zachowań dzieci możemy zaliczyć:

- ▶ agresywne zachowania słowne i fizyczne,
- ▶ brak empatii i moralnej inteligencji,
- ▶ zazdrość i inne intensywne uczucia, niedojrzałe postawy,
- ▶ bałaganiarstwo,
- ▶ mania posiadania i materializm,
- ▶ kłamanie,
- ▶ kłótnie domowe.



Bądź dobrym rodzicem

Zdrowe relacje są podstawą do tego, by stworzyć szczęśliwą rodzinę i wychowywać dziecko w duchu miłości i wzajemnego szacunku. To jest najlepszy sposób na to, by z dziecka wyrósł porządny człowiek. Oczywiście nie zawsze jest to takie proste, a w normalnych i kochających rodzinach też zdarzają się trudne dzieci, ale zdecydowanie rzadziej.

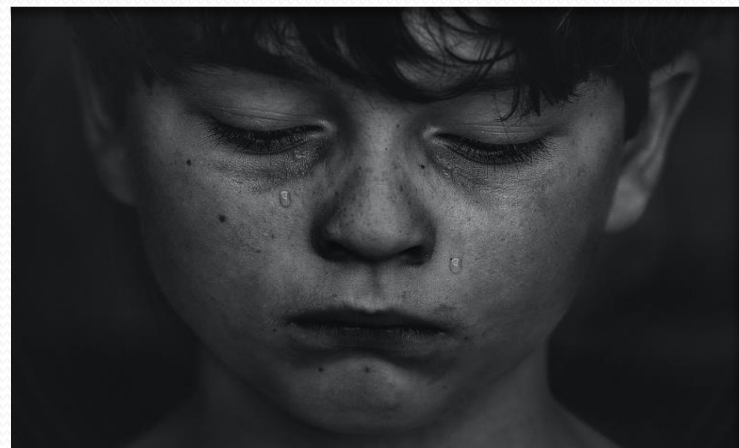


Pamiętaj, że dzieci mają lepsze i gorsze dni

Musisz sobie uświadomić, że dzieci mają prawo do gorszego samopoczucia i wyładowania negatywnych emocji, a rolą rodzica jest wspieranie dziecka, a nie karanie za odczuwanie negatywnych emocji.

Trudne dzieci najczęściej są:

- ★ uszkodzone przez los,
- ★ kochane warunkowo i nagradzane tylko za dobre zachowanie,
- ★ często karane,
- ★ mają zaniżoną samoocenę,
- ★ bezsilne,
- ★ bardzo emocjonalne i wrażliwe,
- ★ ciągle odczuwają negatywne emocje.



Jak radzić sobie z trudnym dzieckiem?

Wychowywanie dziecka sprawiającego problemy nie jest łatwe, z pewnością jest wymagające i trzeba się nastawić na serię wzlotów i upadków. Niemniej jednak jest to możliwe, a dbając o **zdrowe relacje w rodzinie**, zwiększamy szansę na to, że trudne dziecko nie będzie robiło problemów w przedszkolu i szkole. Aby nauczyć się kontrolować trudne zachowania dzieci, należy:

- √ dotrzeć do sedna problemu i postarać się zapobiegać jego powstawaniu,
- √ poświęcać dziecku więcej czasu i uwagi,
- √ nauczyć się słuchać i rozumieć,
- √ nauczyć się rozróżniać prośby od poleceń,
- √ nagradzać i chwalić,
- √ wyciągać konsekwencje, ale nie karać,
- √ nie lekceważyć negatywnych i agresywnych zachowań u dziecka,
- √ pomóc znaleźć podopiecznemu sposób na wyrażanie emocji.

Gdzie szukać pomocy z trudnym nastolatkiem?

Praca nad rodziną, wzajemny szacunek i poprawa relacji to sposób na to, by dziecko czuło się w rodzinie bezpiecznie i by nie wykazywało negatywnych zachowań. Nie zawsze jednak jest to łatwe, a często trzeba skorzystać ze specjalistycznej pomocy. Dlatego warto zwrócić się do profesjonalistów znających skuteczne sposoby na trudne dziecko.

Warto poszukać pomocy w szkole, tam również są specjaliści, którzy mogą pomóc lub pokierują do odpowiedniej instytucji.



RODZICU!

KOCHAJ, SZANUJ I WSPIERAJ 😊

