

Что делать, если ребенок часто злится

Выяснить причину подобного поведения. Ребенок может кричать, кусаться, драться по совершенно разным причинам. Соответственно, и способы утилизации этой злости будут разными.

Учить ребенка выражать злость. Расскажите ребенку, что все люди могут злиться и раздражаться, но при этом важно никому не нанести вреда этой злостью. Вы можете предложить ребенку петь песни, в которых он может позлиться/покричать, подраться подушками, потопать ногами.

Тренировать уверенность ребенка в своих силах. Расскажите ребенку, почему вы уверены в том, что он может научиться выражать свою агрессию экологично. Это поможет ребенку почувствовать себя лучше.

Рассказывать ребенку о своем личном опыте. Если вы в детстве дрались, кусались и т. д., то расскажите, что помогало вам справляться с подобным поведением. Возможно, у вас найдутся истории, которые помогут ребенку.

Читать ребенку терапевтические сказки. На тему выражения агрессии сказок довольно много. Выберите подходящие сказки и почитайте их малышу. Через героев сказки ребенок сможет найти способы выражения своей злости.