



vrijdag 08 mei 2009

## Zeven tips tegen agressie

Al 0 reacties | reageer zelf

- 1. Accepteer de gevoelens van je kind, zeg dus niet dat het niet zo boos mag zijn of niet hoeft te huilen. Leer het woorden te geven aan die emoties.**
2. Lees jonge kinderen veel verhaaltjes voor. Dat vergroot hun woordenschat en een kind dat woorden vindt voor zijn boosheid, gaat niet slaan of gooit zich niet op de grond.
3. Maak afspraken over welke scheldwoorden je thuis niet wilt horen. Geef zelf het goede voorbeeld.
4. Haal die televisie uit hun slaapkamer. Naar bed moeten is dan misschien minder prettig, maar ze moeten leren verdragen dat er ook onaangename momenten zijn in hun leven. Onderhandelen welk programma je op de gezamenlijke tv zult bekijken, is een nuttige oefening in het leren omgaan met frustratie.
5. Een kind dat geen 'nee' aanvaardt op zijn vraag naar een snoepje, kun je het best van tevoren waarschuwen. Zeg dat je iets zult zeggen wat het kind niet leuk zal vinden. De aankondiging haalt de lont uit het kruitvat.
6. Straf niet per se, maar reageer wel duidelijk op agressief gedrag. Stop het, maar niet door zelf geweld te gebruiken.
7. Moedig je kinderen aan om creatief te zijn, of te sporten: daar kunnen ze hun emoties of hun fysieke aandrang in kwijt.