

Nestlé Baby & me webhelyen lett közzétéve (<https://www.nestlebaba.hu>)

[Kezdőlap](#) > [Segítség, hisztis a gyermekem!](#)

Cikk megosztása

X



Segítség, hisztis a gyermekem!

Nem ismerek rá a gyermekemre: hetek óta mindenre nemet mond, követel?zik, és mindennap más miatt hisztizik. Mit csináljak, hogyan kezeljem ezeket a nehéz szituációkat?

<https://www.nestlebaba.hu/segitseg-hisztis-gyermekem> ^[1]

_ [2] _ [3] _ [4]



Segítség, hisztis a gyermekem!

Nem ismerek rá a gyermekemre: hetek óta mindenre nemet mond, követel?zik, és mindennap más miatt hisztizik. Mit csináljak, hogyan kezeljem ezeket a nehéz szituációkat?

2020/04/15 11:35

- ^[5]
- [Nyomtatás](#) ^[1]
- [Megosztás](#)

Szinte felrobban a düht?!

Eddig kiegyensúlyozott volt a kapcsolatotok, értettétek egymás nyelvét ^[6], most viszont olyan, mintha minden megváltozott volna? Akkor bizony beköszöntött a dackorszak. A hisztik általában 18 hónapos kor körül kezd?dnek, mivel a gyermek még nem tudja magát szavakkal kifejezni, a frusztrációja hisztiben nyilvánul meg. Nem tudni, hogy mikor mi váltja ki a gyermeki dührohamot, ami megnyilvánulhat toporzékolásban, kiabálásban vagy éppen tapétacibálásban. Van, hogy azért kezd el sírni, mert nem azt szeretné enni, amit elé raksz, de az is lehet, hogy azért hisztizik, mert megkéred, hogy pakolja össze a játékait. Elkekeríthet ez a hirtelen változás, különösen, ha a totyogód mindezt közönség el?tt teszi. Ám tudnod kell: mindez teljesen normális, életkori sajátosság!

Miért viselkedik így?

A gyermeked ebben az id?szakban próbálgatja a határait, megpróbálja magát elkülöníteni t?letek, szül?kt?l. Megmondja neked, mit akar és elutasítja a feltételeid. Az általa kimondott „nem”, „nem te”, hanem „majd én” szavakkal átveszi az irányítást, tudatva veled az új és alapvet? érzést: „én vagyok én”, „én nem te vagyok”. Állandó „ellenségei” vagyunk, amely el?segíti az els? frusztrációinak a kialakulását.

Amit tehetsz: maradj határozott, ne hajolj meg a szeszélyei, követeléseivel?tt! Jó hír: a mit lehet és mit nem korlátaiból ered? frusztrációja építi a gyermeked fejl?dését! Alapvet?en fontos, hogy a babád ne váljon zsarnokká és kés?bb bizalomhiányos feln?tté.

Maradj nyugodt és következetes!

„Szeresd annyira a gyermeked, hogy tudj nemet mondani!” – talán hallottad már ezt az alapigazságot, de már vagy megtapasztaltad, vagy hamarosan meg fogod, hogy mennyire kimerít? megfelelni, amikor csemetéd próbára teszi a türelmed.

Az ideális hozzáállás az, ha nyugodt, kimért és odafigyel? maradsz, ugyanakkor következetes. Ezzel a hozzáállással érezteted a gyermekeddel, hogy elfogadod a kimutatott érzéseit és elismered a haragját, de rajtad múlik, hogy eldöntsd, számára mi a legjobb.

3+1 tipp, hogy elkerüld a csatákat!

- Utasítsd el a konfliktust, hiszen itt nincs helye gy?ztesnek, sem vesztesnek! Válaszd a „win-win” (mindkét fél csak nyerhet) stratégiáját!
- Kínálj választási lehet?séget gyermekednek, amikor csak lehetséges! Például: sétáljunk a parkban vagy toljalak a babakocsiban?
- Jelezd el?re a gyermekednek az aznapi programokat! Mondd meg, hogy megnézheti a kedvenc meséjét, de utána alvás következik. Ezzel határokat szabsz neki, amelyen belül még man?verezhet.
- Ne kísérelj meg elnyomni a gyermeked, vagy arra kényszeríteni, hogy szót fogadjon! Ez a két széls?séges reakció káros hatással lehet az önértékelésére. Meg kell találni az arany középutat a szeretet, az ösztönzés, az óvás, a fegyelmezés és a követeléseivel és frusztrációja között!

Ismerd el a gyermek haragját!

Amikor elkezd hisztizni a gyermeked, vond el a figyelmét, beszélj neki valami másról, vagy javasolj egy másik alternatívát! Ha még jobban belelovallja magát, várj pár percet, hogy lecsillapodjon! Megkérheted arra is, hogy menjen be a szobájába, ahol magának dühönghet. A hisztit csak tovább gerjeszti, ha odafigyelünk rá. Ezután odamehetsz hozzá, és megkérdezheted, hogy befejezte-e a hisztit, illetve javasolhatod, hogy játsszatok valamit. Fontos, hogy elismerd a gyerek haragját, hogy tudhassa, joga van ehhez az érzéshez! Magyarázd el neki azonban, hogy te döntesz, és azt is, hogy miért kell úgy történniük a dolgoknak, ahogyan te akarod.

Beszéljetelek róla!

Tehetlenségében elfordulhat, hogy pofonra emeled a kezéd, de nem szabad! A gyermeked ott helyben valóban szót fog fogadni, de hosszútávon az ilyen erőszakos reakciók gyengíthetik gyermeked önképét. Ráadásul ezután a csemetéd az ütést fogja alkalmazni egy iskolai vitában vagy a testvéreivel szemben is. A leghatékonyabb válasz a dühre a megbeszélés. A hiszti után tudasd újra a gyermekeddel, hogy szereted őt, még akkor is, ha hisztizik, vagy nem megfelelően viselkedik!

Jó, ha tudod!

Elmerülve a frusztráció vagy a harag kiváltotta érzéseiben, a gyermekednek néha gondja lehet a levegővétellel. Szélsőséges esetekben még az eszméletét is elveszítheti néhány másodpercre. Fontos tudnod azonban, hogy ezek a dührohamok szerencsére nincsenek hosszútávon hatással a gyermeked egészségére.

Mathilda , 32 éves anyuka

„Max fiam 20 hónapos, és imádja a csokit. Egyszer vásárláskor a pénztárnál szeretett volna egy egész táblát, de mivel vacsorázni készültünk utána, nem vettem meg neki. Hisztizni kezdett, visítozva a földhöz vágta magát, majd meg is akart ütni. Mindenki minket bámult, szégyelltem magam és még csak le se mertem úgy teremteni, ahogy otthon tettem volna. Inkább megvártam, amíg visszaértünk az autóhoz, hogy elmagyarázzam neki mennyire elfogadhatatlan a viselkedése.”

[Tovább](#) ^[7]

Fehérje az anyatejben

- [Egészséges fehérjebevitel a baba növekedéséhez](#)
- [Egészséges fehérjebevitel a babám súlyához](#)
- [Fehérje minősége és mennyisége](#)
- [Fehérje szerepe a baba növekedésében és fejlődésében](#)
- [Fehérje szerepe az allergia ellen](#)
- [Győztes formula](#)

Drupal alapú webhely

Forrás webcím: <https://www.nestlebaba.hu/segitseg-hisztis-gyermekem>

Hivatkozások

[1] <https://www.nestlebaba.hu/segitseg-hisztis-gyermekem>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaba.hu/segitseg-hisztis-gyermekem&media=https://www.nestlebaba.hu/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/hisztis_gyermek

hisztis a gyermekem!

[3]

<https://twitter.com/share?text=Seg%C3%ADts%C3%A9g%2C%20hisztis%20a%20gyermekem%21&url=https%3A//>

hisztis-gyermekem

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaba.hu/segitseg-hisztis-gyermekem>

[5] <https://www.nestlebaba.hu/printpdf/6766>

[6] <https://www.nestlebaba.hu/ertem-kisbabam-nyelvet>

[7] <https://www.nestlebaba.hu/javascript%3A%3B>