

Ehh, Adik Tak Boleh Memukul Ya!



Apakah si kecil suka memukul ketika menjumpai seseorang yang tidak disukainya atau ketika tidak mendapatkan apa yang diinginkannya? Hal ini adalah tingkah laku alami terutama pada tahapan usia balita yang belum mempunyai kecakapan bahasa yang baik. Anak-anak cenderung menyikapi suatu keadaan secara fisik karena belum belajar cara merespon keadaan yang kurang nyaman dan mengendalikan emosinya.

Berikut beberapa langkah untuk mengurangi kebiasaan memukulnya.

Hentikan Segera

Langkah pertama yang harus dilakukan adalah menghentikan si Kecil ketika memukul seseorang. Selembut mungkin, tatap matanya dan gunakan sesedikit mungkin kata untuk menjelaskan kenapa tidak boleh memukul. Anak yang sedang marah dan emosi cenderung tidak mendengarkan penjelasan yang panjang, gunakan kata-kata yang singkat, sederhana, dan mudah dipahami oleh si kecil.

Pahami Perasaannya

Ketika mulai memukul bahkan menendang, pasti ada alasan kenapa mereka melakukannya. Ajaklah si Kecil bicara setelah Ibu berhasil menenangkannya, biarkan dia untuk mengekspresikan perasaannya. Usahakan anak mengerti bahwa Anda memahaminya dan ajarkan agar lain kali menggunakan kata-kata saat berada dalam keadaan yang sama.

Penuhi Kebutuhannya

Tindakan memukul yang dilakukannya terkadang berhubungan dengan kebutuhan yang tidak terpenuhi. Si Kecil mungkin memukul untuk mencari perhatian karena merasa kurang didengarkan, mungkin karena lapar, maupun lelah. Tugas Ibu adalah untuk mengetahui kebutuhannya, karena kadang anak tidak tahu apa yang membuatnya marah. Setelah tahu apa yang dibutuhkannya, penuhilah dengan segera, berilah kudapan jika lapar dan ajaklah bermain ketika butuh perhatian.

Ajari untuk Mengungkapkan Emosi

Kadang si kecil memukul karena tidak tahu hal lain untuk dilakukan, sehingga ketika merasa marah atau diperlakukan tidak adil, perasaan tersebut dilampiaskan dengan memukul. Jadi ajarilah beberapa hal untuk melampiaskan emosi dan kekesalannya seperti menggunakan kata-kata yang baik untuk mengekspresikan kekesalannya, berjalan meninggalkan situasi yang tidak menyenangkan, atau meminta bantuan Ibu atau orang dewasa lain yang dikenalnya untuk memecahkan masalah yang memicu emosinya. Apabila sudah menunjukkan perilaku yang baik dalam mengendalikan emosinya, berilah pujian kepadanya agar tahu bahwa dia melakukan hal yang benar.

Selain melakukan tips-tips di atas, hindari memukul si Kecil dalam kondisi apapun, karena selain membuatnya trauma, Anda akan memberikan contoh yang salah bahwa memukul itu diperbolehkan.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/ehh-adik-tak-boleh-memukul-ya.html>