

Educazione Educare il bambino Educazione emotiva

Come aiutare i bambini sensibili che si arrabbiano per tutto

🕒 4 minuti



Alcuni bambini sono molto sensibili e si arrabbiano facilmente, come se tutto potesse ferire i loro sentimenti. Ecco alcune idee per trasformare questa ipersensibilità in una forza.



Scritto e verificato la psicologa [Mara Amor López](#).

📅 **Ultimo aggiornamento:** 14 marzo, 2023

Come possiamo aiutare i bambini sensibili? Sono più emotivi, vulnerabili e si offendono abbastanza facilmente, più di altri bambini. Per questo motivo, dobbiamo prestare particolare attenzione e capire se nostro figlio è molto sensibile.

Sono bambini che interpretano tutto ciò che accade loro come qualcosa di molto brutto o triste. Se cadono, piangono e strillano e impiegano molto tempo per calmarsi. Se li rimproveriamo o alziamo la voce, diventano tristi e vanno in crisi.

È chiaro che ognuno di noi ha un carattere e una [personalità](#), ma i bambini sensibili continueranno ad esserlo da adulti, quindi è importante comprendere le loro difficoltà e aiutarli. In questo articolo vi diciamo come fare.



Il tuo cane si
stanca del suo
cibo?

Dagli l'alimentazione
che merita

Inizia con -30%

Come sono i bambini sensibili?

Interpretano qualsiasi comportamento, sguardo o commento di qualcuno come un attacco personale nei loro confronti e di solito rispondono impulsivamente, attraverso uno scatto d'ira o una crisi di pianto o, peggio, mediante una reazione violenta.

Dobbiamo aiutarli a sentirsi bene con se stessi, aumentare la loro autostima e quindi migliorare i rapporti con le altre persone.

Infatti, quando un bambino è molto sensibile e si arrabbia per tutto, di solito ha una [bassa autostima](#) e questa sensibilità è causata dall'averne un concetto di sé negativo che causa insicurezza e paura di essere sottovalutato dagli altri.



PUBBLICITÀ



Caratteristiche dei bambini sensibili

Punti deboli

- Possono essere dispettosi.
- Si sentono spesso in colpa.
- Sono concentrati sul loro io interiore e sono più distratti.
- **Si lamentano costantemente.**
- Tendono ad autocommiserarsi e si sentono vittime di qualsiasi conflitto.
- Trovano difficile perdonare quando si sentono traditi.

Punti di forza

- Amano aiutare gli altri.
- Sono persone creative.
- **Il contatto fisico, per loro, è qualcosa di importante.**
- I loro desideri e bisogni sono molto chiari.
- Hanno una grande intelligenza emotiva.

- Di solito sono molto empatici: non hanno difficoltà a comprendere i sentimenti e le esigenze degli altri.
- La comunicazione può essere uno dei loro punti di forza



- Dobbiamo sempre fare critiche costruttive, mai offensive.
- Evitare punizioni umilianti e che li fanno stare male.
- Offrire tanto amore, baci, abbracci, carezze, lodi, ecc.
- Dare loro il nostro amore incondizionato.
- **Fargli sapere che siamo orgogliosi di loro e che li amiamo così come sono.**
- Le nostre aspettative devono essere sempre adeguate alle caratteristiche personali del bambino.
- Evitare di correggere, criticare o giudicare le cose che il bambino fa male.
- Ci rafforzeremo e ci congratuleremo ogni volta che faranno le cose bene.
- Mettere in chiaro l'idea che l'importante è essere una persona buona e felice, non perfetta.

PUBBLICITÀ

Il tuo cane si
stanca del suo
cibo?

Dagli l'alimentazione
che merita

Inizia con -30%



Se nostro figlio è molto sensibile e si arrabbia per tutto, dobbiamo riflettere e pensare se forse siamo troppo esigenti con lui. È vero che la disciplina è molto importante, ma deve essere impartita sempre in modo sano e affettuoso.



Come aiutare i bambini sensibili a trasformare la loro sensibilità in una forza?

- Non dovremmo cercare di alimentare né sottovalutare il suo [stato d'animo](#).
- Tutti i bambini hanno bisogno di essere ascoltati, ma i bambini sensibili ne hanno ancora più bisogno per sviluppare la loro personalità.
- **Ascoltare sempre i nostri figli, anche se quello che hanno da dire non ha importanza.**
- Prestare attenzione ai suoi sentimenti. Se ci parla di un problema, dobbiamo ascoltarlo attentamente e senza giudicarlo. Non si aspettano che diamo loro una soluzione, ma semplicemente di sentirsi compresi e ascoltati.
- Usare frasi che esprimono [empatia](#), mai rimproveri.
- Lasciargli il suo spazio e il suo tempo per sentirsi meglio. Il tempo di cui hanno bisogno, non mettere fretta, perché perderete tutta la fiducia che avrete ottenuto. **Dobbiamo essere pazienti.**
- Aiutarli a sapere come dimenticare e perdonare le delusioni. Se mostriamo empatia verso ciò che stanno provando e li aiutiamo a gestire le loro emozioni,

alla fine, finiranno per riconoscere che possono anche commettere degli errori e chiedere perdono.



Ora che sappiamo come sono i bambini sensibili e come aiutarli, non ci resta che mettere in pratica alcuni di questi consigli. Solo in questo modo la loro sensibilità diventerà un'abilità. Infatti, **una buona educazione lo renderà un adulto gentile ed empatico.**

In realtà, i nostri consigli sono molto utili nell'educazione in generale, anche se i nostri figli non sono molto sensibili perché si tratta di accorgimenti universali che possono aiutare tutti noi. Mettiamoli in pratica!

Potrebbe interessarti ...



Leggi in **Siamo Mamme**

I bambini ipersensibili sentono le cose in modo più profondo. Bisogna scegliere attentamente le parole per rivolgersi a loro e non ferirli.



consultare uno specialista di fiducia.

Bambini arrabbiati: 6 utili frasi per calmarli

Spesso i genitori si trovano ad affrontare i capricci dei figli. In questo articolo vi suggeriremo alcune frasi per calmare i bambini arrabbiati.

Siamo Mamme

Quanto costerà un trapianto di capelli in Turchia nel 2023? I prezzi potrebbero sorprendervi

Trapianto di capelli | Ricerca annunci | Contenuti sponsorizzati

Queste sono le vasche da bagno di nuova generazione. Clicca per vedere

Vasche da bagno | Ricerca annunci | Contenuti sponsorizzati

Clicca qui

Una rivoluzionaria piccola auto elettrica per anziani: il prezzo ti lascerà a bocca aperta!

Vedi i prezzi

Auto elettriche | Ricerca annunci | Contenuti sponsorizzati

Cerca Ora

Quanto costa un impianto fotovoltaico con accumulo sul tetto nel 2023?

Lavori del pannello solare | Ricerca annunci | Contenuti sponsorizzati

4 frasi per porre fine ai capricci dei vostri figli

Quando i bambini diventano capricciosi, non è sempre facile calmarli. Esistono 4 frasi per porre fine





Scritto e verificato la psicologa **Mara**



PUBBLICITÀ

PUBBLICITÀ





PUBBLICITÀ

PENSATA PER LA FINE DEL MERCATO
TUTELATO GAS



e la miglior offerta
luce e/o gas
a **prezzo variabile**
di Plenitude.

APPROFITTA

Info e dettagli su eniplenitude.cc

PUBBLICITÀ



PUBBLICITÀ



PUBBLICITÀ

Articoli interessanti

NEONATI

Origine e significatc

ende i confini



SALUTE

8 snack sani e sicuri

EDUCAZIONE

7 cose che i nonni n

SALUTE

Tinea Versicolor nei neonati e nei bambini: cause, sintomi, trattamento

Figli che vogliono tingersi i capelli: cosa fare?



EDUCAZIONE

Bullismo religioso: che cos'è e che impatto ha sugli adolescenti?

SALUTE

È consigliabile somministrare farmaci da banco ai bambini?

EDUCAZIONE

Linee guida per aiutare i bambini ad acquisire sane abitudini

Carica altro ...

Siamo Mamme Blog per madri con consigli sulla gravidanza, sui neonati e sui bambini

© 2012 – 2023 . Tutti i diritti riservati.



[Nota legale](#)

[Informativa sulla privacy](#)

[Legge cookie](#)

[Politica pubblicitaria](#)

[Politica editoriale](#)

[Team di professionisti](#)

[Chi siamo](#)

[Contatto](#)