

RODZICU POCZYTAJ

JAK NAUCZYĆ DZIECI REGUL?

Drodzy Rodzice, wpoić dziecku reguły możecie tylko wtedy, gdy zwracacie uwagę na jego **pozytywne zachowania**. Wasze **zachęty, pochwały, pełne miłości gesty** wzmacniają dziecko i tworzą niezbędną przeciwwagę dla wszystkich niewygodnych żądań i koniecznych ograniczeń, jakie przed nim stawiacie. Żądania i konieczne ograniczenia stanowią bowiem poważne wyzwania. Wasze pełne miłości wsparcie jest konieczne, by między wami mogły zaistnieć harmonijne i partnerskie stosunki. Dlatego w czasie gdy dziecko uczy się reguł i granic, niezbędne jest, abyście zwracali uwagę na dobre strony waszego dziecka ! Żaden tego typu fakt nie powinien ująć waszej uwadze!

Skąd dziecko może wiedzieć, że dobrze o nim myślicie? Że je lubicie takim, jakie jest? Że je kochacie? Że darzycie je zaufaniem? Że go potrzebujecie? Świadomość tych „**oczywistości**” jest mu absolutnie niezbędna. Czy jesteście pewni, że dostatecznie wyraźnie przekazujecie je swojemu dziecku? Dziecko potrzebuje waszego sygnału w tej sprawie i to nie od czasu do czasu ale **codziennie**. Macie różnorodne możliwości, by je o tym przekonać. Pokażcie, że ufacie jego zdolnościom, zachęcajcie do działania, a gdy będziecie kłaść nacisk na postępy i dobre intencje dziecka wzmocnicie jego wiarę we własne siły. Znaczący już podstawową zasadę niezbędną przy stawianiu granic i uczeniu reguł: staracie się zauważyć **pozytywne zachowania dziecka** – i to **zawsze**. Można więc przystąpić do realizacji planu uczenia dzieci reguł.

Najlepiej jest postępować krok po kroku. Jeśli pierwszy krok nie skutkuje, może skuteczny okazać się następny. **Oto trzy kroki;**

- ***MÓWIĆ ZROZUMIALE***
- ***ZAMIENIAĆ SŁOWA W CZYN***
- ***ZAWRZEĆ UKŁAD***

Mówić zrozumiale - to znaczy mówić w sposób jasny, prosty i zwięzły.

Mówcie spokojnym, pewnym głosem. Cichy, płaczący, proszący głos jest dla waszego dziecka zaprzeczeniem żądania. Dajcie dziecku wyraźne instrukcje i powiedzcie dokładnie, czego oczekujecie. Więcej siły doda waszym słowom mowa ciała: podejdźcie blisko,

spójrzcie dziecku w oczy i dotykajcie go. **Powtarzajcie wielokrotnie**, czego chcecie od dziecka, nie zważając przy tym na jego protesty. Technika „zepsutej płyty” jest prosta i bardzo skuteczna, jeśli po nią sięgniecie zamiast prowadzić jałowe dyskusje, będziecie z pewnością usatysfakcjonowani i osiągniecie pełny sukces.

Zamieniać słowa w czyn - czyny, które mają nastąpić po waszych słowach, muszą być starannie i w porę przemyślane i zaplanowane. Dziecko najlepiej uczy się na podstawie naturalnych, logicznych skutków swojego postępowania. Wasze zachowanie nie powinno zmierzać do ukarania dziecka, tylko do ustanowienia granic. Aby wasze czyny były skuteczne, musicie przestrzegać jednej zasady: konsekwencje powinny być dla waszego dziecka nieoczekiwane i niemiłe, **nie wolno nam jednak nigdy wyrządzić mu psychicznej ani fizycznej krzywdy**.

Zawrzeć układ – Niektórym rodzicom trudno jest urzeczywistnić dobre chęci. Pozostają przy deklaracjach, za którymi nie idą czyny. Jak dziecko może nauczyć się reguł, skoro jego rodzice nie stosują wobec niego jasnej linii postępowania? Od wieku dziecka zależy, czy umowa będzie zawarta wspólnie, czy rodzice sami ją zaplanują. Z niemowlakiem lub małym dzieckiem nie można naturalnie zawrzeć umowy. Możecie jednak dla samych siebie sporządzić plan i pisemnie dokładnie ustalić, co chcielibyście zmienić u siebie lub u waszego dziecka, jakie będą konsekwencje złego zachowania i jakie zachęty wybieriecie. Począwszy od wieku przedszkolnego, dziecko może uczestniczyć w planowaniu umowy, w której zawarte będą postanowienia dotyczące zmiany zachowania, konsekwencji i zachęt. To, co razem ustalicie, musi być przez obie strony podpisane i kontrolowane.



