

Супер Стратегии

Советы родителям по воспитанию ребенка

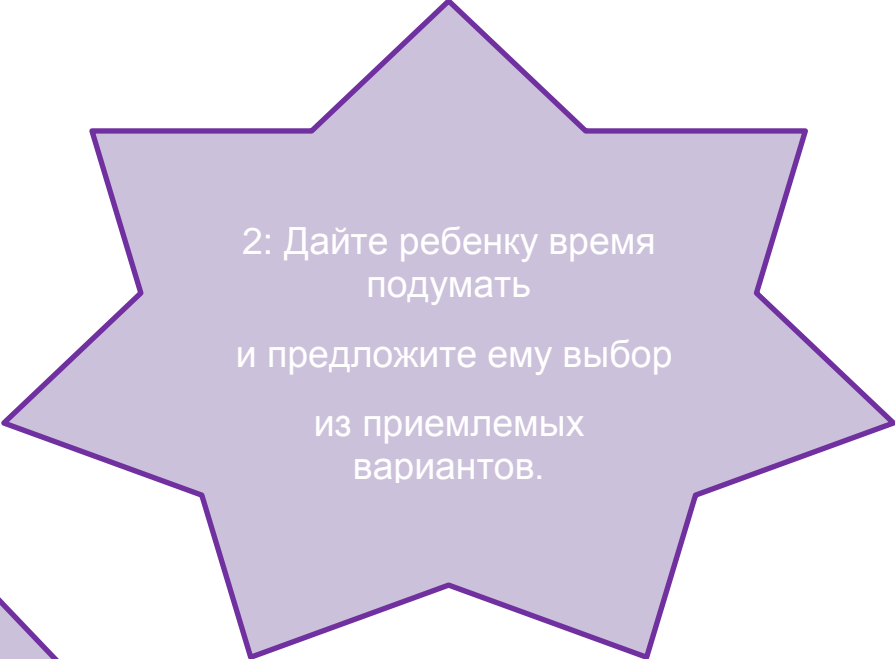
Школы пользуются различными методами (стратегиями), чтобы помочь детям развивать навыки хорошего поведения в школе.

Эти стратегии, применяемые в школах, могут быть полезны и дома. В данной брошюре содержится несколько примеров.


3 важных вещи, о которых необходимо помнить:



1:
Сохраняйте



2: Дайте ребенку время
подумать
и предложите ему выбор
из приемлемых
вариантов.



3: Остановитесь и
подумайте
прежде чем
действовать.
Контролируйте свои
эмоции

Стратегии, которыми вы можете воспользоваться дома

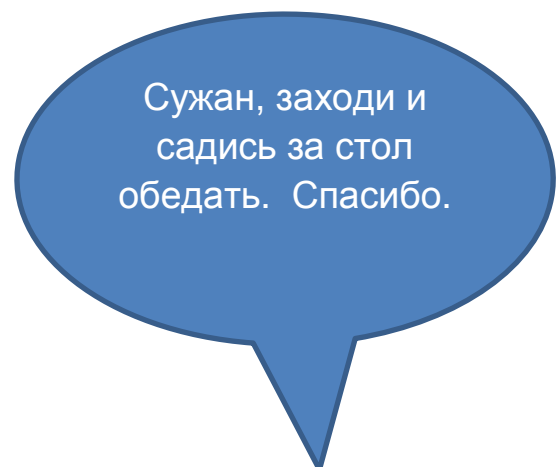
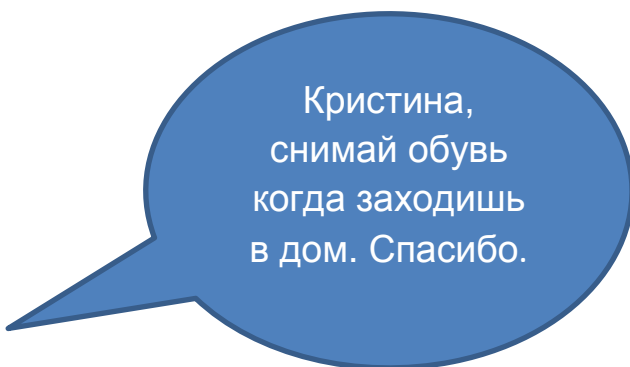
1. Не спешите

Уверенно дайте указания, повернитесь и уйдите с ожиданием, что ребенок их выполнит. Это иногда хорошо получается с “Спасибо”, не с “пожалуйста” (стратегия 2).



2. “Спасибо”, не “пожалуйста”

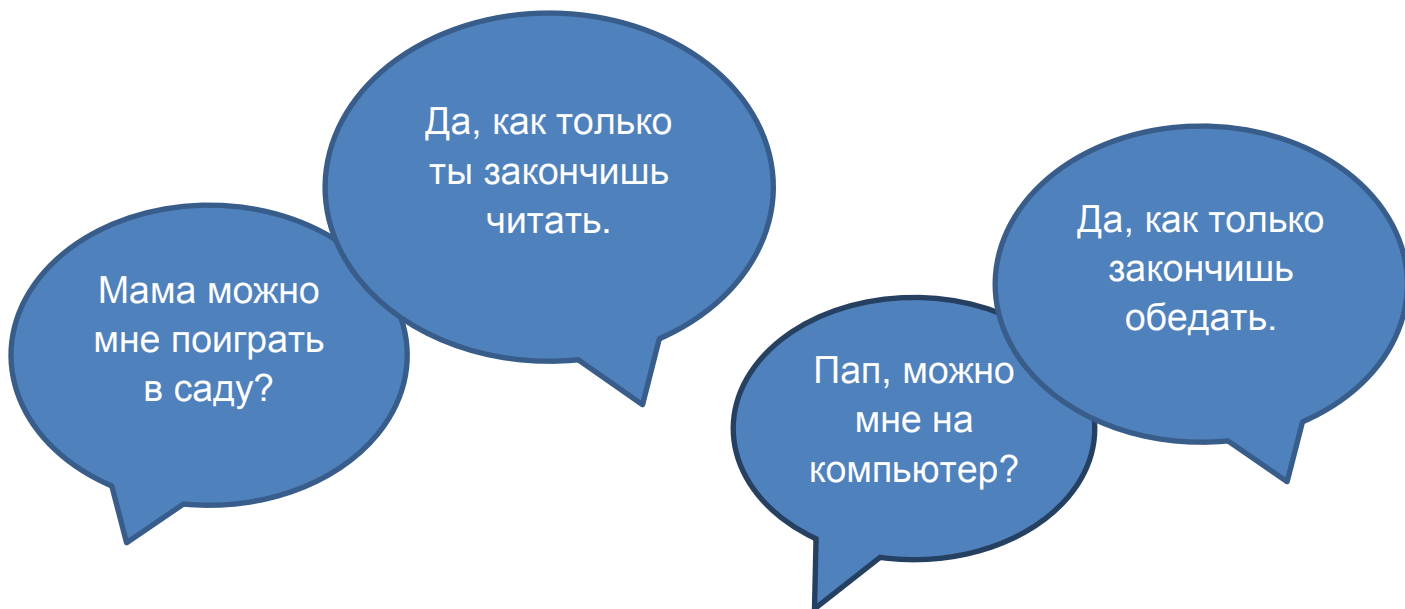
“Имя ребенкауказанияспасибо”



Когда вы говорите спасибо, вы подразумеваете, что ребенок сделает, то что ему говорят.

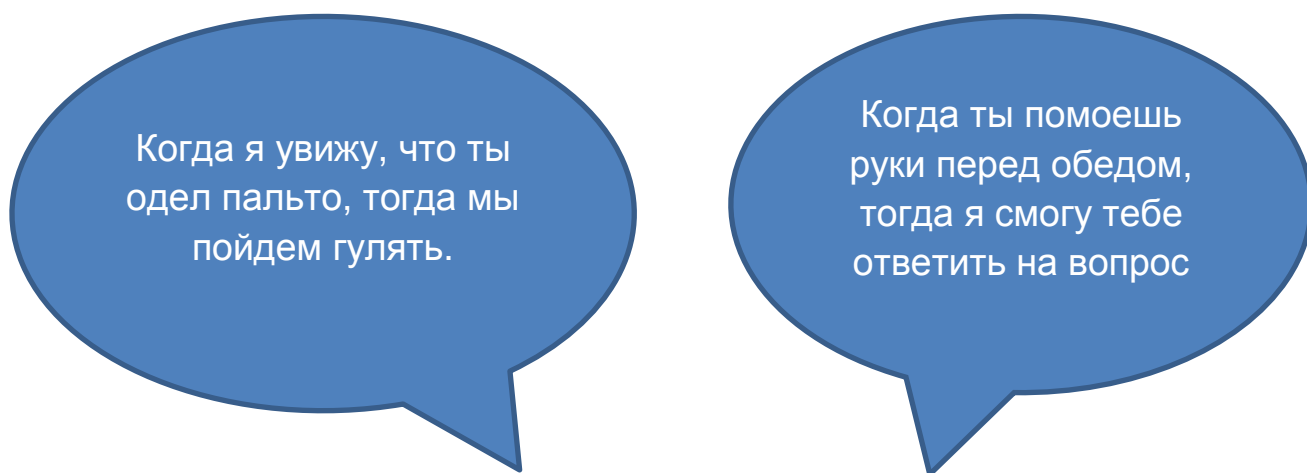
3. “Да, как только...”

Иногда приходится говорить “нет”, но в таких случаях попробуйте:



4. Когда...тогда...

Поставьте ребенку условие, которое объясняет какое поведение вы от него ожидаете.



5. Опосредованно-мотивирующая похвала

Хвалите того ребенка, который ведет себя соответственно требованиям.

Рита не выполняет указания помыть руки/надеть пижаму, в отличие от Ранжита и Нади.

Молодец,
Ранжид, что
помыл руки перед
обедом. Спасибо!

Молодец, Надя, вижу, что
ты надела пижаму и
ждешь, когда я прочитаю
тебе сказку перед сном.
Жду, когда все будут
ГОТОВЫ.

6. Тактическое игнорирование (“Я тебя не слышу или не вижу!”)

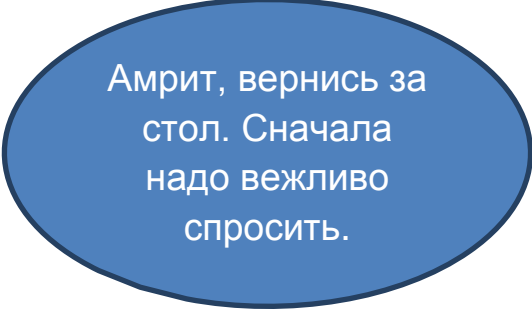
Сразу же проявите внимание к ребенку, как только он правильно отреагирует



7. “Прежде чем сделать что-то, спроси разрешения”

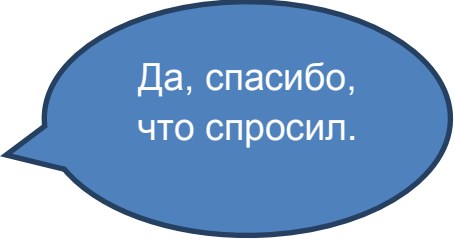
Поначалу бывает сложно остановить импульсивных детей, когда они хотят что-то сделать. В таких ситуациях, можно попробовать использовать следующую стратегию.

Например, после обеда Амрит идет играть в компьютерные игры, не спросив разрешения.



Амрит, вернись за стол. Сначала надо вежливо спросить.

Когда Амрит спросит разрешения, тогда взрослый говорит:



Да, спасибо, что спросил.

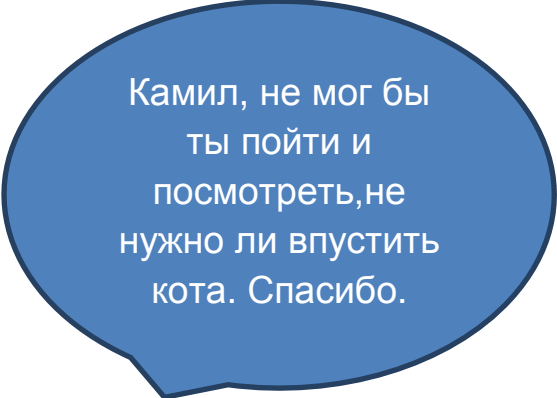
Поначалу, но только когда уместно, старайтесь разрешать как можно чаще, чтобы Амрит привык к мысли, что если он будет спрашивать разрешения, то получит что он хочет.

Это поможет начать регулировать импульсы поведения, потому что таким образом устанавливается переход от немедленного “нельзя” (а ребенок все равно сделает что хочет) к “можно”, но с разрешения взрослого. Если этой стратегией пользоваться осторожно, то она поможет взрослому «не потерять лицо».

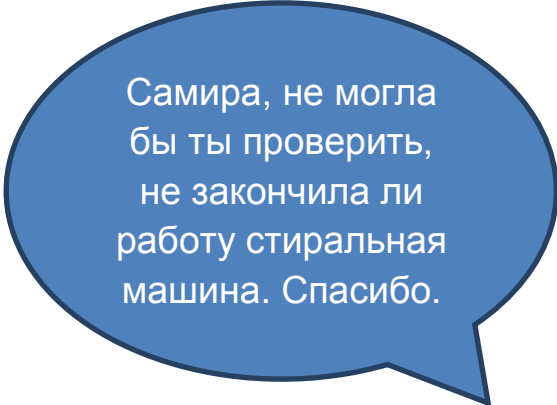
8. Метод отвлечения

Ваш ребенок становится все беспокойнее. Вы видите, что его поведение начинает ухудшаться. Вы думаете, что если немного отвлечь его, то это поможет его успокоить.

Применяйте эту стратегию в случаях когда поведение ребенка становится хуже, как способ предотвратить надвигающийся кризис. Это может быть какое-нибудь задание, которое поможет ребенку почувствовать что его ценят и уважают.



Камил, не мог бы ты пойти и посмотреть, не нужно ли впустить кота. Спасибо.



Самира, не могла бы ты проверить, не закончила ли работу стиральная машина. Спасибо.

Это очень эффективная стратегия, если пользоваться ею умеренно.

9. Хорошее и хорошее

Предложение обоюдных вариантов, когда ваш ребенок не хочет приступать к выполнению задания.

Тебе нужен
синий или
красный
карандаш?

Где мы сядем,
чтобы сделать это
задание, за
столом или на
диване?

Ты сам приберешься в
комнате или тебе помочь?
У меня есть 10 минут,
чтобы тебе помочь, если
хочешь.

Начнем с вопроса
1 или вопроса 2?
Выбирай!

10. Хорошее и плохое

Или ...или...
(говорится спокойным, без эмоций тоном)

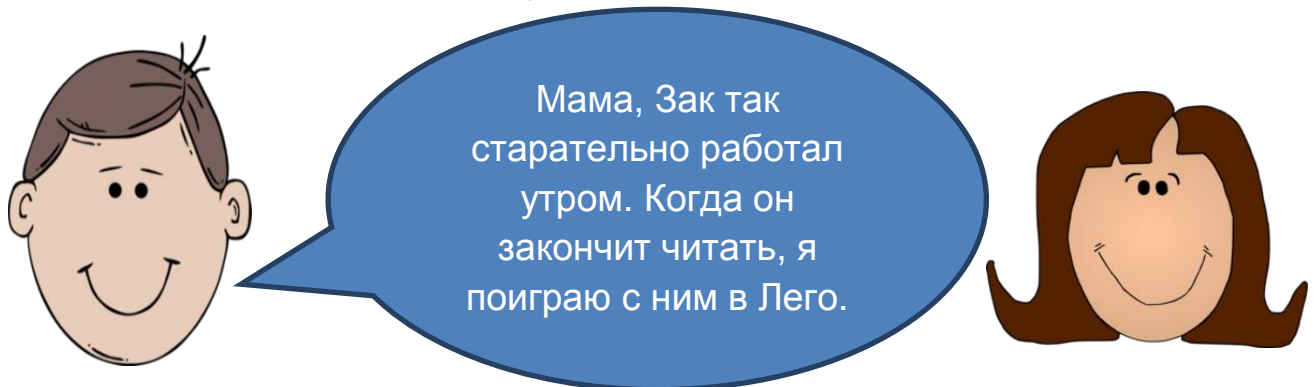
Это надо закончить
или сейчас или после
обеда.

Тебе надо
прибраться в комнате
или сейчас или
вместо твоего ТВ/i-
Pad времени.

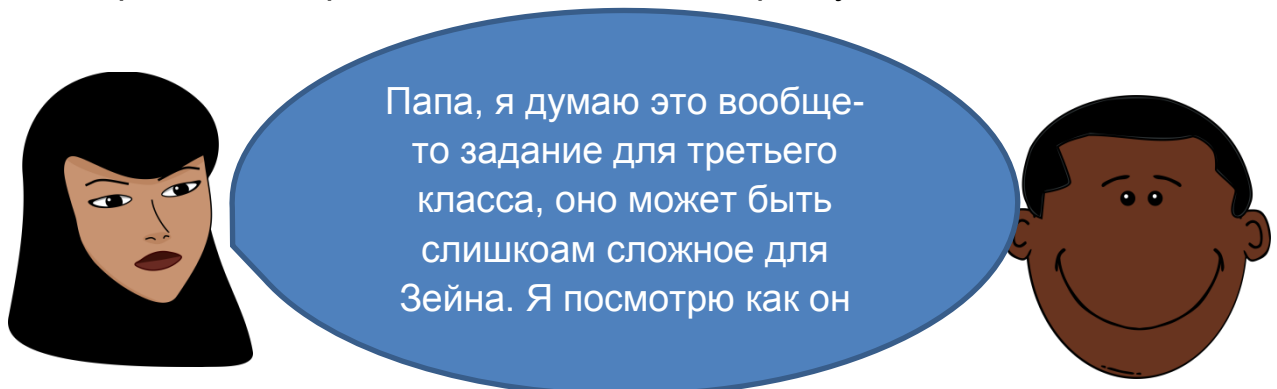
11. Говорить не обращаясь к ребенку, но так, чтобы он слышал

Есть разнообразные способы использования этого метода. Взрослый разговаривает с другим взрослым громко, так чтобы ребенок их слышал (ниже родители разговаривают друг с другом).

Когда ребенок не хочет приступать к выполнению задания:

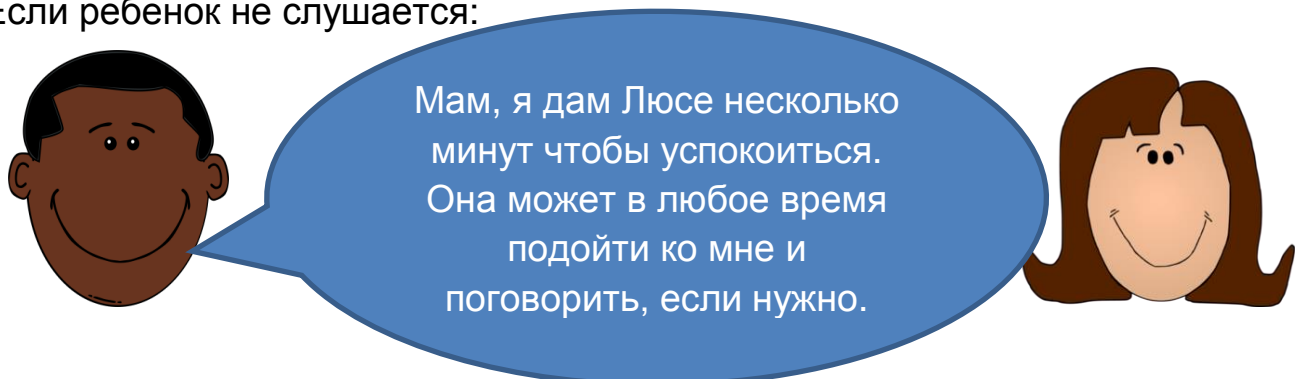


Когда ребенок старательный но не хочет приступать к заданию:



Некоторых детей это очень мотивирует. Ребенок уже не боится, что у него не получится и следовательно с большей охотой пытается выполнить задание!

Если ребенок не слушается:



Это дает ребенку возможность отступить и позволяет избежать конфронтации.

12. Не говорите “Нельзя”

Оформляйте указания в позитивном свете.

Не внушайте ребенку мысли, говоря, что не надо делать.
Наоборот говорите им, что вы хотите, чтобы они делали.
Используйте этот метод, особенно когда устанавливаете правила поведения.

Ходи спокойно
по дому,
спасибо.

А не

~~Не бегай.~~

У нас дома мы
говорим извините и
терпеливо ждем.

А не

~~Не перебивай!~~

И в заключение:

Помните, что ваш ребенок должен учиться правильному поведению и, чем больше он в этом практикуется, тем лучше у него будет получаться.

Обращайте внимание и откликайтесь на все хорошие поступки вашего ребенка и помните как важна похвала.

Не бойтесь поговорить со школьным учителем вашего ребенка.