

10 kroków antyklapsowych



1. Okazuj swojemu dziecku miłość i ciepło tak często, jak tylko to możliwe. Bez obawy – nie rozpieścisz go takim postępowaniem. Pokażesz mu, jak bardzo jest dla Ciebie ważne.
2. Bądź przy dziecku, gdy przeżywa silne emocje, z którymi nie potrafi sobie poradzić. Wtedy najbardziej Cię potrzebuje.
3. Stosuj pochwały. One wzmacniają pozytywne zachowania i sprawiają, że dziecko będzie je z chęcią powtarzało.
4. Ustal jasne, proste zasady i granice. Bądź konsekwentna/-y w ich egzekwowaniu.
5. Dawaj dziecku przykład swoim zachowaniem. To, jak będzie zachowywało się dziecko, w dużej mierze zależy od tego, jak Ty się zachowujesz, bo jesteś dla niego pierwszym wzorem do naśladowania.
6. Zauważaj każdą pozytywną zmianę w zachowaniu dziecka. Doceniaj jego wysiłki.
7. Zciekawiaj się powodami, dla których dziecko podjęło daną decyzję, zachowało się w konkretny sposób. To będą ważne potrzeby dziecka, których nie potrafi często wyrazić w konstruktywny sposób.
8. Mów, co czujesz w związku z konkretnym, negatywnym zachowaniem dziecka i jakie to zachowanie ma dla Ciebie konsekwencje. Dzięki temu Twoje dziecko będzie wiedziało, dlaczego nie chcesz, aby je powtarzało.
9. Używaj humoru, żeby opanować trudne sytuacje. Śmiech to najlepszy sposób na rozładowanie napięcia.
10. Pozwól dziecku na doświadczenie konsekwencji swojego zachowania. Zachęcaj do wspólnego podejmowania decyzji, dokonywania wyborów. Dziecko, tak jak Ty, potrzebuje doświadczać, że ma na coś wpływ, a Ty liczysz się z jego zdaniem.

