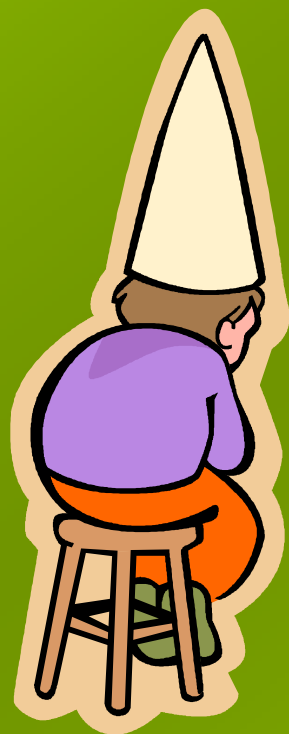
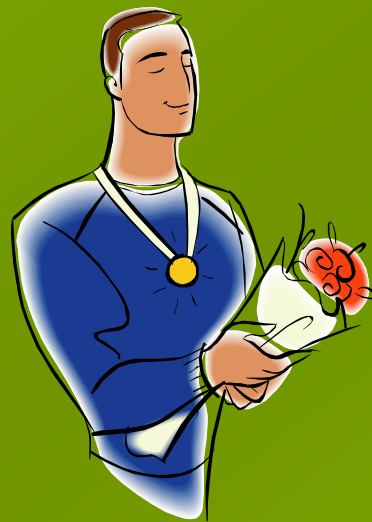


# KARAĆ CZY CHWALIĆ?



**JESTEM DUMNY/DUMNA  
Z TEGO, ŻE...**



# KILKA SŁÓW O CHWALENIU

- Pochwały i nagrody pomagają dzieciom zmienić uciążliwe zachowania, motywują do działania, starania się
- Wszystkie dzieci, zwłaszcza te mające poważniejsze problemy należy chwalić bardzo często, kilkakrotnie w ciągu dnia. Zauważać nawet najmniejsze sukcesy
- Jeśli w naszej ocenie dziecko w danym dniu nie zrobiło niczego zasługującego na pochwałę, należy stworzyć dziecku sytuację, w której odniesie sukces, zasłuży na uznanie, wykaże się czymś np. pomoże rodzicowi
- Należy stosować więcej pochwał i nagród, niż kar!

## ***Pochwały i nagrody powinny być:***

- Natychmiastowe**
- Niepodważalne**
- Realne**
- Pożądane przez dziecko**
- Proporcjonalne do wysiłku włożonego przez dziecko**
- Niepodzielne (bez zgody dziecka nie należy kazać mu się nimi dzielić)**
- Konkretne**
- Opisowe**



- „Grzecznie zachowywałeś się w stosunku do swojej siostry, gdybyś tak robił zawsze, byłbyś super bratem”
- Dałeś siostrze cukierka. Potrafisz się dzielić”
- „Tym razem dobrze Ci poszło”
- „Pocieszałeś Ewę, kiedy upadła i płakała, jesteś opiekuńczy”
- „W końcu udało Ci się zrobić to dobrze”
- „Dzisiaj dobrze wykonałeś rysunek”
- „Spędziłeś dużo czasu wykonując ten rysunek, narysowałeś wiele szczegółów, to się nazywa dokładność i staranność”
- „Zrobiłeś to prawie tak dobrze, jak Paweł”
- „„Narysowałeś trzy kwadraciki. To dobry pomysł”
- „O, w końcu napisałeś ładnie”
- „To najładniej napisane literki, jakie kiedykolwiek widziałam. Są takie równe, zmieściłeś się w linijkach”
- „Brudne rzeczy w łazience, jesteś obowiązkowy”

- „Tylko dwa razy w tym tygodniu spóźniłeś się”
- „Widzisz, jak chcesz, to potrafisz”
- „Jestem zadowolona, że pomogłeś mi przy nakrywaniu do stołu. Jesteś uczynny”
- „Całkiem nieźle wykonałeś to zadanie”
- „Wspaniale, ale mogłeś jeszcze sprzątnąć te zabawki”
- „O jak Ci dobrze idzie, widzisz, nie jesteś taki głupi”
- „Podoba mi się, że do końca zjadłeś obiad, cały czas siedziałeś na swoim miejscu. Byłeś bardzo grzeczny”
- „Bardzo dokładnie wykonałeś ten rysunek, starannie pokolorowałeś wszystko, jest bardzo ładny”
- „Widziałam, że pomogłeś Frankowi przy sprząnięciu jego zabawek. To się nazywa bycie uczynnym”
- „Umyłeś ręce przed jedzeniem – pamiętasz o zasadach”

**KTO RZĄDZI W DOMU????**



## **Co to jest wychowanie?**

**Wychowanie często polega na narzucaniu dziecku zachowań, na które nie chce się ono zgodzić i zabranianiu mu robienia tego, co ono chce. Jeśli musimy się dziecku sprzeciwić, spotkamy się z jego niechęcią, złością, agresją, obrażaniem się.**

**BEZSTRESOWE WYCHOWANIE NIE ISTNIEJE, ALE  
ISTNIEJE WYCHOWANIE BEZ PRZEMOCY**

**Czasem ze strachu przed utratą miłości dziecka ulegamy jego pragnieniom, nie stawiamy wymagań, granic. Każdy zakaz powoduje napięcie w tej więzi.**

**Postępując w ten sposób dajemy dziecku do zrozumienia, że nie potrafimy znieść jego negatywnych uczuć. Dziecko nie czuje się bezpieczne, czuje się wtedy zagubione.**



- **MOŻEMY UNIKAĆ KONFLIKTÓW Z OBAWY PRZED UTRATĄ MIŁOŚCI DZIECKA ALBO Z POCZUCIA WINY WOBEC NIEGO, ŻE NIE POŚWIECAMY MU TYLE CZASU, ILE POWINNIŚMY**
- **Prawda jest taka, że dziecku w każdym wieku do zdrowego rozwoju- czy to dwulatкови czy nastolatкови potrzebne jest poczucie, że w domu są stałe zasady i ustalone granice. Dziecko potrzebuje też MÓC WYRAZIĆ SWÓJ SPRZECIW, BUNT, NIEZADOWOLENIE. Pozwoli to dziecku zrozumieć, że między rodzicami, a dzieckiem nie ma równości – w domu rządzą dorośli!**

# JAK RZĄDZIĆ MĄDRZE

CO DZIAŁA, A CO NIE DZIAŁA???



**PAMIĘTAJ!!!**

**SAMO DZIECKO NIE JEST ZŁE,  
ZŁE JEST JEGO ZACHOWANIE!**



# WPROWADZAJ ZASADY!

- *Dzieci potrzebują jasnych, konkretnych informacji, jak powinny się zachowywać. Najlepiej, jeśli zasada od razu zawiera wskazówkę, czego oczekujemy: np. każdy czeka na swoją kolej zabawy zabawką, nie zabieramy sobie zabawek*
- *Zasady powinny być formułowane krótko,*
- *Zasady staramy się formułować pozytywnie: nie wystarczy powiedzieć, czego nie robić, należy określić, czego oczekujemy w zamian: np. nie bijemy kolegów, złość mamy prawo wyrazić.....*
- *Nie krzyczymy, mówimy spokojnie, cicho*
- *Dziecko może jednocześnie przyswoić 2-3 zasady, pamięta o 10*
- *System zasad jest dynamiczny, nie statyczny, dostosujemy go do sytuacji, dorastania dzieci*
- ***Zasady obowiązują obie strony – zarówno rodzica, jak i dziecko- powinny być również przestrzegane nawet, jeśli to dla nich niewygodne!!!!***
- *Zasady przypominamy często, w razie konieczności*
- ***Zasad przestrzegamy zawsze, inaczej dziecko przestaje wierzyć, że są one naprawdę***
- ***Nie pozwalamy na dyskusje po złamaniu zasady, stosujemy konsekwencje, przypominając, że zasada została złamana. Możemy omówić z dzieckiem system zasad, ale po odbyciu przez nie konsekwencji***

## KARA

- stosowana w sposób spontaniczny, nieprzewidywalny
- często jest wymierzana w złości, bezsilności,
- bywa zbyt surowa, nieadekwatna,
- wywołuje w dziecku poczucie krzywdy i niesprawiedliwości, złość, strach, chęć odwetu.
- zwykle nie jest uzależniona od przewinienia, ale od stopnia zdenerwowania rodzica
- bywa, że jest nierealna do zastosowania
- dziecko nie jest wcześniej o niej uprzedzane
- jest nieadekwatna do zachowania
- nie wynika logicznie z zachowania dziecka

## KONSEKWENCJA

- są wcześniej zaplanowane, zapowiedziane,
- nie są formą zemsty, ani odreagowania
- są uzależnione od zachowania dziecka, nie nastroju rodzica
- uczą dziecko przewidywania następstwa zdarzeń
- w momencie stosowania konsekwencji nie rozmawiamy o uczuciach, ale o łamaniu zasad. Konsekwencja wynika logicznie z zachowania dziecka
- jest adekwatna do wieku dziecka i rodzaju przewinienia

# KONSEKWENCJE UCZĄ, KARY RANIA!!!!

*Konsekwencja powinna być:*

- *Szybka (stosowana bezpośrednio po niewłaściwym zachowaniu)*
- *Skuteczna (doprowadzona do końca, wyegzekwowana)*
- *Stosowalna (realna do zrealizowania w praktyce)*
- *Sprawiedliwa (adekwatna do przewinienia)*
- *Wcześniej ustalona, zapisana, zapowiedziana*
- *Stała (jednym z celów stosowania konsekwencji jest nauczanie dzieci przewidywania następstwa zachowania)*
- *Słuszna (związana tematycznie z przewinieniem)*
- *Stanowcza (to dorośli ustalają zasady w przedszkolu, w domu, są silni, pewni, przekonani, że wyegzekwują zasady)*
- *Systematyczna (ważne, żeby nie stosować wyjątków, wtedy dzieci wolniej uczą się przestrzegania zasad, sprawdzają, czy tym razem uda im się nie doświadczyć konsekwencji)*

**NALEŻY PRZY TYM PAMIĘTAĆ, ŻE:  
UWAGA JEST ZAWSZE NAGRODĄ DLA  
DZIECKA!!!!**

**MA WTEDY DOROSŁEGO NA  
WYŁĄCZNOŚĆ!!!!**

**NAJGORSZA JEST OBOJĘTNOŚĆ  
I BRAK ZAINTERESOWANIA!!!!**



- **Rodzaje negatywnych konsekwencji:**
- **Naprawienie szkód**
- **Przerwa** – pozbawienie dziecka uwagi rodziców, brata, siostry, ulubionych zabawek. Można ją stosować wobec dziecka powyżej 3 roku życia! **POWINNA BYĆ STOSOWANA, GDY INNE METODY ZAWIÓDA, POWINNA TRWAĆ TYLKO MINUTY, ILE LAT MA DZIECKO** (3-latek – 3 minuty, 4-latek – 4 minuty). Miejsce, w którym będzie przebywać dziecko powinno zostać wcześniej wybrane, pokazane dziecku, ważne, aby nie było w nim dużo przedmiotów, ale umożliwiało dziecku i rodzicowi kontakt wzrokowy. Czas powinien być dokładnie mierzony (minutnik, klepsydra, zegarek). Dziecko powinno wcześniej wiedzieć o takiej konsekwencji
- **Odroczenie otrzymania kolejnego przywileju do czasu poprawy zachowania**
- **Ograniczenie swobody działania** - fizyczna kontrola pozbawiona przemocy, polega na objęciu dziecka i trzymaniu w pozycji umożliwiającej bezpośredni kontakt wzrokowy tak długo, ile trzeba, aby umożliwić dziecku uspokojenie się i wyciszenie. Podczas trzymania rodzic powinien spokojnie przemawiać do dziecka, opisując, co się dzieje z dzieckiem, nazywając jego uczucia, aby dziecko mogło czuć się bezpiecznie.



# PRZYKŁADY...

## 1) DZIECKO WYLAŁO PICIE NA PODŁOGĘ

KARA:

KONSEKWENCJA:

## 2) DZIECKO POPSUŁO ZABAWKĘ

KARA:

KONSEKWENCJA:

## 3) DZIECKO BIJE MAMĘ

KARA:

KONSEKWENCJA

## 4) DZIECKO CIĄGNIE ZA OGON PSA

KARA:

KONSEKWENCJA

## 5) DZIECKO AWANTURUJE SIĘ, ŻEBY KUPIĆ MU ZABAWKĘ

KARA:

KONSEKWENCJA:

# **RODZICU PAMIĘTAJ, MASZ TEŻ ŚWIĘTE PRAWA!!!!**

- 1) PRAWO DO PRZECZYTANIA KSIĄŻKI W CZASIE KRÓTSZYM, NIŻ MIESIĄC, TAK ABY NIE TRZEBA BYŁO ZA KAŻDYM RAZEM COFAĆ SIĘ O TRZY STRONY, ŻEBY SOBIE PRZYPOMNIEĆ OSTATNIO PRZECZYTANY FRAGMENT**
- 2) PRAWO DO ZAMYKANIA DRZWI DO TOALETY**
- 3) PRAWO DO SPOKOJNEJ KĄPIELI**
- 4) PRAWO DO TEGO, ABY SALON WYGLĄDAŁ JAK SALON, A NIE JAK ZAPLECZE SKLEPU Z ZABAWKAMI**
- 5) PRAWO DO SPOKOJNEGO SNU WE WŁASNYM ŁÓŻKU, BEZ KONIECZNOŚCI ZNOSZENIA O TRZECIEJ NAD RANEM NAJAZDU ZASPANYCH DZIECI**
- 6) PRAWO DO PRZERWANIA ZABAWY Z DZIEĆMI I SPOKOJNEGO PRZEJŚCIA DO ZAJĘĆ DLA DOROSŁYCH**
- 7) PRAWO DO SPOKOJNEGO OBEJRZENIA FILMU**
- 8) PRAWO DO TEGO, ABY DZIECI NIE SZPERAŁY W SZUFLADACH, NA PRZYKŁAD Z BIELIZNĄ**
- 9) PRAWO – PO TRZECH LATACH POŚWIĘCEŃ – DO PÓŹNIEJSZEJ POBUDKI W NIEDZIELNY PORANEK**

***WSZYSTKIE TE PRAWA  
ZOSTANĄ PRZEZ DZIECI  
ZAAKCEPTOWANE,  
JEŻELI WY SAMI JE  
ZAAKCEPTUJECIE I  
WCIELICIE JE W ŻYCIE!!!!***

**Dziękuję za uwagę**

***Psycholog  
Anna Wałęjsza***