

ПОРУЧ

unicef



ВОЛОНТЕР
Всеукраїнський громадський центр

Складна поведінка дитини: як знайти ключ до позитивних змін?

поради для батьків





Для того щоб дитина трималася в кордонах, вона має знати про їх існування. У родині мають існувати правила поведінки, правила сім'ї.

Правила дають дитині відчуття кордонів та безпеки. Так, саме безпеки. Коли дитина знає, що може щось робити, і за це не буде покарана, вона відчуває себе у безпеці. А це базова потреба людини.

Як скласти перелік правил? —>



Оберіть день та час, коли вся родина може зібратись разом і обговорити всі можливі правила.

Запропонуйте всім членам родини записати*, які, на їхню думку, правила вже існують у родині (вони можуть стосуватися різних сфер життя):



ввічливе спілкування між членами родини;



розподіл обов'язків;



дотримання режиму дня;



обмеження використання гаджетів (перегляду телевізора тощо).

**Якщо є діти, які ще не пишуть, то дорослі записують їхні пропозиції.*



Разом обговоріть запропоновані всіма правила і визначте:



які з них корисні для всієї родини;



які варто додати.

Для початку 10-ти правил буде достатньо.

Важливо!

До списку правил обов'язково мають увійти також правила, запропоновані дітьми. Це дозволить їм відчувати належність до родини і власну значущість, а, отже, відповідальність за дотримання правил.



Встановлення правил не завжди дається легко. Часто батьки або особи, які їх замінюють, стикаються з тим, що правила не виконуються. Причини цього – різні.



Нестабільність правил. Батьки або особи, які їх замінюють, під впливом свого настрою одне й те саме то забороняють, то дозволяють.



Вибірковість дотримання правил залежно від ситуації. У такому разі дитина сприйматиме це правило як необов'язкове.



Іноді встановлені правила або накладені обмеження **об'єктивно важко виконати**.



А буває, батьки або особи, які їх замінюють, накладають на дитину **надто багато вимог / заборон**.



Непослух дитини може бути зумовлений і тим, що їй приділяють **недостатньо уваги**.



Отже, перш ніж сподіватися на зміни в поведінці дитини, слід переконатися, що ваші вимоги до неї мають такі ознаки:



постійні (з дорослішанням дитини правила можуть зникати, додаватись або змінюватись, що необхідно пояснювати в ході їхнього обговорювання з дитиною);



чіткі;



зрозумілі;



обґрунтовані.

І пам'ятайте: найважливішим є **приклад дорослих**. Якщо ви хочете, щоб діти дотримувалися правил та обіцянок, ви теж маєте їх дотримуватися.