

Консультация для родителей «Нет плохому поведению»

Ребёнок учится тому,
Что видит у себя в дому,
Родители пример тому.
Кто при жене и детях груб,
Кому язык распутства люб,
Пусть помнит, что с лихвой получит
От них всё то, чему их учит.
(Себастьян Брандт)

Дисциплина — один из самых обсуждаемых вопросов в воспитании детей. У кого-то это слово может вызвать неприятные воспоминания: плач, визг, крик, борьба, стресс... Ужасные головные боли. Для других это означает жестокое и особое наказание, ощущение себя несчастливими родителями или меры, применяемые только склонными к садизму, жестокими родителями.

В настоящее время дисциплина приобрела странные формы. Стоит ли удивляться, что родители и учителя растеряны?

Но даже если и нам, и родителям дисциплина не нравится, мы не можем от нее отказаться. В конце концов, наша задача — растить детей, способных вести себя надлежащим образом, и мы обязаны вмешиваться, если что-то не так. Безусловно, общество детей, которые ноют, кусаются, задираются, дерутся, лгут, крадут, ведут себя импульсивно или злобно, не нравится ни нам, ни семье, ни друзьям, ни школе, ни обществу, ни, конечно, самим нашим детям.

В действительности вопрос не в том, нужна ли дисциплина вообще, а в том, какой она должна быть, чтобы прекратить проблемное поведение навсегда.

Именно младший школьник наиболее восприимчив. И работа над дисциплиной и поведением наиболее важна.

Растить детей в обстановке любви и спокойствия и учить их поступать правильно - самое ценное наследство.

ЧТО НУЖНО ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОМНИТЬ ОБ ИЗМЕНЕНИИ ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА

Существует пять основных ключей для "починки" поведения ребенка;

1. Определите поведение - мишень. Первая часть - самая главная: вы должны выделить ту особенность плохого поведения, которая всех сводит с ума. У ребенка может быть несколько качеств, которые требуют исправления, поэтому нужно помнить, что работать в одно и то же время можно с одним, максимум двумя из них. Таким образом, можно составить более точный план действий для избавления от негативного качества, и вероятность успеха стараний возрастет. Так что не говорите: "Он не слушается". Напротив, сконцентрируйте свои усилия на конкретном качестве, которое вы хотите искоренить, например: "Он дерзит".

2. Составьте целостный план поэтапного изменения. Как только вы выделите негативные качества, вам потребуется целостный план по их искоренению. План должен:

- 1) отталкиваться от особенностей поведения ребенка;
- 2) подробно излагать способы, которыми вы будете их корректировать;
- 3) определять новые качества взамен старых;
- 4) описывать, как вы будете проводить переобучение.

В плане должна быть выделена конкретная проблема и потребности ребенка. Со своей стороны я предоставлю все стратегии и предложу вопросы, которые помогут вам составить точный план поэтапного изменения. Все, что от вас потребуется, — это следовать этапам, а затем записывать ваши мысли в Дневник поэтапного изменения проблемного поведения ребенка.

3. Введите штрафные санкции. Если ребенок продолжает вести себя плохо, следующее, что вам необходимо сделать, — ввести штрафные санкции. Они должны быть справедливыми, приемлемыми для ребенка, соответствовать проступку, и ребенок должен знать о них заранее, чтобы осознавать опасность. Впоследствии их нужно применять каждый раз, когда ребенок начинает себя плохо вести.

4. Дайте себе обещание приступить к изменениям. Даже самый лучший план изменения проблемного поведения ребенка не начнет действовать до тех пор, пока вы не дадите себе обещания приступить к его выполнению. А затем настойчиво придерживайтесь плана, чтобы добиться успеха.

5. Ограничьте свое обязательство тремя неделями. Если вы хотите справиться с негативным поведением, то должны выделить себе испытательный срок — 21 день. Не рассчитывайте на мгновенный успех: изменения в поведении так быстро не происходят. Они станут заметны как минимум через три недели постоянных повторений, так что не торопитесь. И не сдавайтесь, пока не увидите положительных изменений. Если не заметите изменений, что маловероятно, пересмотрите свой план и убедитесь, что ничего не пропущено. Также удостоверьтесь, что то, чего вы ожидаете от ребенка, — ему по силам. Но если ваш ребенок все же не слушается, обратитесь к опытному профессионалу — педиатру, воспитателю или детскому психологу, — возможно, он поможет в ваших усилиях.

Большинство качеств приобретается.

На некоторые качества могут влиять биологические факторы, но большинство из них приобретаются. Например, застенчивый ребенок может научиться общаться, чтобы чувствовать себя увереннее в коллективе; агрессивный - может научиться управлять своим гневом, а импульсивного - можно научить обдумывать поступок, прежде чем действовать.

Большинство качеств поддаются изменениям.

Большинство качеств требуют вмешательства. Не ждите, что ребенок изменится сам по себе. Скорее всего, его поведение ухудшится без вмешательства. И не думайте, что скверное поведение — это временное явление, и вскоре ребенок его перерастет. Подобным отношением вы позволите плохому поведению ребенка войти в привычку, а потом изменить его будет еще сложнее.

Большинство качеств требуют времени для изменений. Изменение поведения требует достаточного количества времени. Не надейтесь, что субботняя беседа сильно отразится на его поведении в воскресенье. Дайте себе и ребенку время. Помните, что усвоение новых навыков поведения занимает **не меньше трех недель** повторений.

Большинство качеств требуют обязательств. Долгосрочные обязательства необходимы для любого значительного и устойчивого изменения. Этого никак не избежать: быть родителем не так уж и просто.

Большинство качеств должны иметь замену. Ни одно негативное качество не изменится окончательно до тех пор, пока вы не научите ребенка другому качеству, заменяющему первое. Задумайтесь: если вы просите ребенка не вести себя так, то что ему делать вместо этого? Без замещающего поведения он, скорее всего, будет продолжать вести себя по-прежнему.

Большинство качеств нуждаются в хорошем примере. Хорошие качества приобретаются легче, если перед глазами есть образец поведения. Поэтому вы должны быть уверены, что ваши качества и ваш пример совпадают с теми, которые вы хотели бы видеть в ребенке. Я называю это эффектом бумеранга: то, что вы бросаете своему ребенку, — подобно бумерангу, который возвратится и ударит вас по лицу.

Большинство качеств требуют практики. Для изменения качеств нужна практика. Если ваш ребенок не умеет играть в футбол, то вы ведь никогда не велите ему выйти на игру. Вам сначала пришлось бы тренировать его в течение нескольких недель. То же самое относится и к приобретению нового качества, поэтому — практика, практика и еще раз практика до тех пор, пока ребенок не начнет применять это качество самостоятельно.

Большинство качеств "любят" поощрение. Поощрение необходимо на каждом этапе пути: от готовности до попытки, от первых усилий до маленьких успехов, от задержек в изменении до максимального количества улучшений. Изменение поведения — дело трудоемкое и заслуживает поощрения, признания и празднования.

Большинство никогда не поздно изменить. Даже если с проблемой трудно справиться на протяжении длительного времени, не отчаивайтесь. Помощь уже в пути.

ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ ПОЭТАПНОГО ИЗМЕНЕНИЯ ПРОБЛЕМНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА

- Установите контакт с ребенком. Любое преобразование поведения должно начинаться со спокойного обращения к ребенку. Ограничьте количество того, что может отвлекать внимание, глубоко вдохните для сохранения самообладания, установите зрительный контакт и убедитесь, что ребенок готов внимательно вас слушать. После этого можно начинать.
- Проясните ваши тревоги. Не стройте предположений по поводу того, понял ли ребенок, что он сделал не так. Кратко опишите проблему, почему вас это тревожит и какое поведение вы

от него ожидаете, например: **"Когда ты разговаривал таким тоном, это звучало неуважительно. Я хотел бы, чтобы ты говорил с уважением"**.

- Пообещайте друг другу **решить проблему вместе**. Сделайте акцент на том, что вы обязуетесь поработать с ребенком, чтобы помочь ему измениться. В идеале, вы должны быть членами одной команды, чтобы достичь успеха.
- **Потренируйте** с ним новое поведение, которое призвано заменить проблемное, чтобы он знал, как правильно его использовать. Например, не рассчитывайте, что ребенок знает, как он должен разговаривать. Нытье порой настолько входит в привычку, что ребенок может уже не помнить, как разговаривать по-другому. **"Я не буду слушать нытье. Прислушайся к моему голосу. Я хочу, чтобы ты точно так же просил меня о чем-то. А теперь попробуй ты!"**
- Исправляйте проблемное поведение, как только оно проявляется. Не ждите. В тот момент, когда ребенок перестает слушаться, самое время вмешаться. Будьте кратки; объясните ребенку, что он сделал не так, и приведите пример правильного поведения: **"Я понимаю, что ты был зол, но ты не имел права ударить**. В следующий раз скажи человеку, что ты зол, и объясни, чего ты хочешь".
- Постоянно проверяйте успехи своего ребенка на протяжении поэтапного изменения. При необходимости модифицируйте свой план.
- Сообщите ребенку об установлении штрафных санкций. Они должны быть взвешенными, соответствовать возрасту ребенка и проступку и, что немаловажно, о них следует объявить заранее: "Если ты снова начнешь кусаться, тебе придется стать в угол на пять минут".
- Применяйте штрафные санкции в случае продолжающегося проблемного поведения. В случае отсутствия изменений или сопротивления ребенка изменениям, направленным на его поведение, следуйте своим обещаниям применить штрафные санкции. **И будьте последовательны!**
- Поощряйте попытки вашего ребенка вести себя хорошо. Не пренебрегайте самым простым и зачастую самым эффективным способом изменения поведения: **"Ты говорил уважительно. Я хотела бы, чтобы так было и дальше. Молодец!"**
- Поздравляйте вашего ребенка с успехом каждый раз, когда видите положительный результат. Меняться трудно — особенно детям, — так что отпразднуйте его усилия. И не забудьте поздравить себя!

Материал подготовила Кузовлева Д.В.

ЛИТЕРАТУРА

1. Мишель Борба 38 моделей проблемного поведения ребёнка и как с ним бороться. Москва. Санкт – Петербург. Киев. 2005
2. Кравцова М. М. Дети – изгои. «Генезис», 2005
3. Смирнов Т. П. психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Ростов – на – Дону «Феникс», 2003
4. Дзятковская Е. Н., Нодельман В. И. здоровье и образование. ИГПУ, Иркутск, 1998
5. Ковинько Л. В. Растим здоровых, умных и добрых. Воспитание младшего школьника. Москва, 1997
6. Хухлаева О. Хочу быть успешным. Методическое пособие для школьных психологов, учителей начальных классов. Школьный психолог, 1999, № 28
7. Казыханов В. С. Уроки нравственности. Пособие для учителей младших классов. Набережные Челны, издательство 2Творчество» 2000
8. Арсенина Е. Н. Сценарии внеклассных мероприятий в начальной школе. Москва, «Глобус» 2007
9. Яровая Л. Н. Внеклассные мероприятия. Москва, «Вако», 2004
10. Нечаев М. П. практика управления воспитанием в школе. Москва, 2003

