

JAK RADZIĆ SOBIE Z TRUDNYMI ZACHOWANIAMAMI DZIECI ?



Mówiąc o trudnych zachowaniach naszych dzieci warto najpierw zastanowić się nad podłożem takiego zachowania, co ono może oznaczać czyli po prostu starać się zrozumieć dziecko .
Czy jest ono faktycznie „niegrzeczne” czy może samo ma jakiś problem, niezaspokojoną potrzebę, którą wyraża przez swoje zachowanie.



DLACZEGO DZIECI ŹLE SIĘ ZACHOWUJĄ ?

- bo po prostu **NIE WIEDZĄ** jak się zachować dobrze,
 - bo muszą się dopiero tego **NAUCZYĆ**,
 - bo chcą zwrócić naszą **UWAGĘ**,
- bo nie chcą pracować, wykonać jakiegoś zadania (np. w klasie),
 - bo nie **ZROZUMIAŁY** jakiegoś polecenia / zadania,
 - bo nie mają potrzeby / **NIE WIDZĄ CELU** zrobienia czegoś,
 - bo **nie POTRAFIĄ** - nie mają umiejętności czy możliwości
np. ze względu na jakieś zaburzenia rozwojowe,
- bo **DOŚWIADCZAJĄ CHAOSU**, zmienności, braku poczucia bezpieczeństwa w swoim otoczeniu,
 - bo mają **NIEZASPOKOJONĄ JAKĄŚ POTRZEBĘ** np. poczucia bezpieczeństwa,
 - bo dążenia / potrzeby dziecka są sprzeczne z potrzebami / dążeniami dorosłych ,
 - bo dostają od rodziców **SPRZECZNE KOMUNIKATY**, np. Mama się na coś zgadza, a Tato nie.



ZABURZENIE A NORMA ROZWOJOWA

W zrozumieniu zachowania dziecka ważne jest zrozumienie **normy rozwojowej** – to co może wydawać nam się nieodpowiednim zachowaniem może wynikać ze specyfiki rozwoju danego okresu .

W wieku wczesnoszkolnym dzieci **uczą się** :

- kontroli reakcji emocjonalnych,
 - współdziałania i samodzielności ,
 - godzenia nauki z zabawą,
 - respektowania norm i zasad, wykonywania poleceń.
- **Aktywność i ruchliwość** należy do charakterystycznych i **najzupełniej normalnych cech** dziecka w młodszym wieku szkolnym.
- Dziecko szkolne już nie demonstruje swych uczuć w sposób pełny i nieskrępowany - stara się (zwłaszcza w sytuacjach szkolnych wobec rówieśników lub osób obcych) **pohamować je lub zapanować nad nimi - wybuchy afektu powinny zanikać.**
 - Dziecko wstępując do szkoły powinno umieć współżyć w dużej grupie dziecięcej.



KIEDY ZACHOWANIE MOŻE STANOWIĆ PROBLEM ?

- Zachowania **nieadekwatne** do sytuacji.
- **Długo** utrzymywanie się zachowania - min. 6 m-cy .
- **Sztywność** zachowania, nie poddającego się zmianie.
- **Szkodliwość** danego zachowania dla dziecka i otoczenia np. utrudnienie nauki.
- Wysoki poziom „**negatywnych**” **emocji** towarzyszących zachowaniu.



CO MOŻE ZANIEPOKOIĆ W ZACHOWANIACH / EMOCJACH DZIECI ?

- utrzymująca się postawa **buntu** - wszystko na „nie”
 - **niszczenie** swoich i cudzych rzeczy,
- **obwinianie** innych za swoje zachowanie, wypieranie się zachowania - „to nie ja”,
 - zachowania **provokacyjne** , kłótnie z dorosłymi, wrogość ,
 - **odmawianie** wykonywania poleceń, stosowania zasad,
- nieustanne powtarzanie czynności **bez przewidywania następstw** -
niewyciąganie wniosków z doświadczeń,
 - **brak umiejętności czekania** na nagrodę, pochwałę,
 - nadmierne **ściągnięcie uwagi** na siebie,
 - **impulsywność** - natychmiastowa reakcja,
(dziecko robi natychmiast co przychodzi mu do głowy),
 - **brak bliższych relacji** w klasie, odrzucenie przez rówieśników .



JAK MÓWIĆ, ŻEBY DZIECI SŁUCHAŁY ?

- **Krótko** - nadmiar słów może powodować „wyłączenie się” dziecka.
 - **Konkretnie i jasno** - **proste** słowa .
- Mówić co **ma zrobić** / jak się zachować, na co się zgadzamy, a na co nie .
 - **Powtarzać** / przypominać daną zasadę zachowania .
- Upewnić się czy dziecko **zrozumiało** / usłyszało prośbę, polecenie .
 - Wskazać na **obrazku** / symbolu pożądane zachowanie .
 - Jeśli to możliwe w danej sytuacji – dać dziecku **wybór**, zamiast ogólnie coś narzucać, co może rodzić jego opór .
(np. „*Którą bluzkę dziś ubierzesz, zieloną czy niebieską ?*”
zamiast : „*Masz ubrać zieloną bluzkę !*”



Ważne ! MODELOWANIE

Dziecko bardziej naśladuje to,
co dorośli robi, niż to, o czym mówi.



JAK WZMACNIAĆ POZYTYWNE ZACHOWANIA ?

- Małe **nagrody** – niekoniecznie materialne np. wspólna czynność, wyjście, naklejki, gromadzenie / zbieranie czegoś np. punktów, żetoników .
- Pochwała za **konkretne** zachowanie.
- **Uśmiech !**
- Przypominanie zasad - metoda „**zdarłej płyty**” .
- Zauważanie choćby małej poprawy - zauważenie i pochwała za „**ciut**” **lepiej** .
- Wskazywanie na **pozytywne skutki**, korzyści dobrego zachowania.



SKUTECZNA POCHWAŁA

- Wskazanie na **konkretne** zachowanie.
- Wyrażenie Swoich **emocji**.
- Oczekiwanie, że w **przyszłości** zachowanie się powtórzy.
- Docenianie **wkładu** pracy, a nie tylko efektu końcowego.



- „Widzę, że starannie poukladałeś książki na swoim biurku” .

- „Miło jest mi wejść do Twego pokoju, który wcześniej posprzątałeś” .

- „Cieszę się, kiedy samodzielnie zabierasz się do odrabiania lekcji”. Mam nadzieję, że nadal będziesz tak sumiennie wywiązywać się ze Swoich obowiązków” .

- „Poświęciłaś dużo czasu na przygotowanie tego rysunku, doceniam Twój trud” .

JAK WYGASZAĆ NIEPOŻĄDANE ZACHOWANIA ?

- **Konsekwencje** - adekwatne do czynu, wcześniej ustalone z dzieckiem.
- **Zabranie przywilejów** dziecka - to na czym dziecku zależy.
- Odesłanie do **cichego miejsca**.
- Danie dziecku **czasu na wyciszenie** emocji.
- **Odwrócenie uwagi** od niepożądanego zachowania.
- Wskazanie dziecku na **zachowanie alternatywne** - porozmawianie o tym, co dziecko mogłoby zrobić inaczej w danej sytuacji, jak inaczej się zachować.
- Komunikat – w sytuacji , gdy dziecko krzyczy :
„Będę rozmawiać z dzieckiem, które mówi ciszej”.

METODA PZK

PRZYWILEJ

za przestrzeganie zasady



- nagroda, pochwała ,
- coś co dziecko lubi,
- na czym mu zależy

← **ZASADA** →



- dostosowana do możliwości dziecka,
- ustalenie co dziecko ma zrobić ?
jak się ma zachować ?

KONSEKWENCJA

za łamanie zasady



- adekwatna do zachowania,
- wcześniej ustalona !

JAK POMÓC DZIECKU RADZIĆ SOBIE ZE ZŁOŚCIĄ ?

- Wyrazić zgodę na odczuwanie danej emocji, ale sprzeciw wobec agresywnego zachowania :
„ *Masz prawo się złościć , ale nie możesz ...pluć, kopać, bić innych, niszczyć rzeczy*”.
- Wspólnie z dzieckiem ustalić co może zrobić, gdy czuje złość .
- Uczyć dziecko, co może zrobić z emocjami, jak zamienić emocję na akceptowane zachowanie :
„ *Gdy czujesz złość możesz ...*
 - **narysować** swoją złość,
 - użyć **gniotka**,
 - pójść do **kącika złości**, żeby się wyciszyć,
 - **boksować** poduszkę,
 - **pobiegać**, poskakać, pojeździć na rowerze, pograć w piłkę,
 - **zgnieść** zużyte karki papieru / stare gazety w papierowe kule,
 - **posłuchać** spokojnej muzyki,
 - policzyć **do 10** lub **od tyłu** jakiejś liczby,
 - wyobrazić sobie jakieś **miłe miejsce** ,
 - wziąć kilka głębokich **oddechów**.



BYĆ POŁAWIACZEM PEREŁ ...

Gdy poszukiwacz złota wchodzi do rzeki wyciąga muł, duże i małe kamienie, piasek ...

To wszystko wrzuca razem do kosza, a potem szuka ...

Czy znajduje duże grudy złota ? Raczej nie.

Stopniowo znajduje małe okruszki, samородki złota ...

*Tak i w pracy z dziećmi szukamy takich „okruszków” dobra -
dobrego zachowania, maleńkich zmian, choć minimalnej poprawy ...*

SZUKAMY - ZAUWAŻAMY - MÓWIMY O NICH - WZMACNIAMY

Z czasem może się okazać, że będziemy znajdować ich coraz więcej, bo



*„Potrzebny nam ktoś, kto w nas wierzy,
ktoś, kto myśli o nas pozytywnie,
kto zauważa nasze zalety i nie wyszukuje wad,
ktoś, kto widzi w nas dobro”.*

Elbert Hubbard

Tak jak kwiat
potrzebuje słońca
aby być kwiatem
tak człowiek
potrzebuje miłości
aby być człowiekiem.

Phil Bosmans

©sensomienia



*Dziękując za uwagę
życzę Państwu „wyławiania” okruchów dobra
z serc i zachowań Waszych dzieci*



Źródła zdjęć :

- SLAJD 1 - mumme.pl ,
- SLAJD 2 - pl.dreamstime.com,
- SLAJD 3 - junior.sport.pl; szczesliwa.pl; zaradna-mama.pl,
- SLAJD 4 - mamadu.pl,
- SLAJD 5 - vikisiezna.blogspot.com,
- SLAJD 6 - pl.dreamstime.com,
- SLAJD 7 - psychopozytywne.pl,
- SLAJD 8 - momwithfive.com,
- SLAJD 9 - czasdzieci.pl,
- SLAJD 10 - warsztatyedukacyjne.com,
- SLAJD 13 - poradnikzdrowie.pl ; eurocom.pl ; skandynawskidom.pl,
- SLAJD 14 - zlotorp.pl,
- SLAJD 15 - printerest.com,
- SLAJD 16 - redro.pl

Teksty opracowane głównie na podstawie notatek własnych ze szkolenia on line pt. „Kiedy dzieci nie przestrzegają norm i zasad ? Psychologia uczniów klas młodszych” organizowanego przez Akredytowaną Placówkę Doskonalenia Nauczycieli KAILEAN .