

Виховання без наси́льства

Слухняність = Прив'язаність

Ефективність виховання напряду пов'язана з якістю дитячобатьківських відносин.

Якщо у вас надійні, довірливі і позитивні стосунки, то дитина буде охоче дослухатися вашої думки, виконувати прохання та поважати встановлені правила поведінки.

Якщо дитина ображена і злиться, то буде прагнути виразити свої негативні емоції шляхом поганої поведінки. У такому випадку необхідно вислухати дитину, прийняти її емоції і почуття та налагодити позитивний контакт.



Виховання без наси́льства

Встановлення домовленостей

Виховання обов'язково повинно бути чітким, послідовним та зрозумілим. Необхідно постійно проговорювати дитині правила поведінки та підкріплювати позитивні результати. Ваша стратегія виховання буде ефективною лише при умові стабільності та зрозумілості для дитини. Можна прописати правила поведінки, заборони, побажання та санкції, але варто це узгодити з усіма членами родини. Якщо ваша стратегія виховання не стабільна і не зрозуміла дитині, то вона буде у постійному стресі і протесті.



Виховання без наси́льства

Попередження негативної поведінки

Негативна поведінка не буває без причини! У дітей не сформовані навички саморегуляції, тому вона не здатна впоратися з зовнішніми подразниками, що виливається у погану поведінку. Натомість, доросла людина здатна передбачити поведінку і попередити негативні ситуації. Наприклад, знаючи що дитина замість уроків грає у комп'ютерні ігри - встановіть батьківський контроль на комп'ютер з обмеженням часу тощо. Попередити значно ефективніше, ніж справлятися з наслідками!



Виховання без наси́льства

Позитивний приклад

Щоб ми не розповідали дитині вона все одно буде робити те, що спостерігає. Перед тим, як сварити дитину за щось задумайтесь чи не допускаєте ви такої самої поведінки.

Якщо ви не стримуєте гніву, використовуєте лихослів'я, не дотримуетесь обіцянок тощо, але вимагаєте не робити цього у дитини, то у її свідомості відбувається когнітивний дисонанс і це підриває ваш авторитет. Дитина вчиться манерам, правилам поведінки, ввічливості, саморегуляції, способам вираження емоцій у батьків! Пам'ятайте, діти ваше дзеркало!



Виховання без насильства

Метод Я-повідомлень

Метод Я-повідомлень - це коли ви висловлюєтесь щодо ситуації без оцінки, без критики та опираючись на свої почуття: "Мене засмучує, коли ти не виконуєш обіцянки помити посуд і я була б щаслива, якщо б ти його помив". Таким чином, ви не ображаєте дитину, змушуючи її злитися або захищатися, а ділитесь своїми почуттями і побажаннями. Якщо у вас налагоджені стосунки з дитиною, то бажаючи зробити вам приємно вона буде прагнути до гарної поведінки. Цей метод вчить поваги один до одного та турботи про почуття близьких.

