Szanowni rodzice zapraszam Państwa do zapoznania się ze streszczeniem bardzo ciekawej książki Roberta J. MacKezie’go „*Kiedy pozwolić? Kiedy zabronić?”*. Autor książki jest wieloletnim terapeutą, podpowiada rodzicom jak wyznaczać dzieciom granice, jakie stosować konsekwencje, a wszystko to w poszanowaniu wzajemnych praw (dorosłego i dziecka).

Małgorzata Sowula

***„Dlaczego dzieciom należy wytyczać granice określające zakres ich działań?***

 *Dzieci chcą i potrzebują rozumieć reguły rządzące ich światem. Chcą wiedzieć, czego się od nich oczekuje, jakie są ich relacje z innymi ludźmi, jak daleko mogą się posunąć oraz co się dzieje, kiedy posuną się za daleko. W miarę dorastania potrzebują sposobu, by poznać swoje rosnące umiejętności i możliwości. Dlatego w miarę rozwoju dzieci, granice muszą być wciąż na nowo dostosowywane do ich potrzeb. Wszystkie dzieci odczuwają potrzebę testowania
i odkrywania otaczającego je świata. Jednak jednocześnie potrzebują wyraźnie wytyczonych granic, określających zakres ich działań. Potrzebują jasnych komunikatów na temat zasad
i oczekiwań, aby nauczyć się powszechnie akceptowanych zachowań (by pojawiając się
w nowym środowisku być tolerowanym i akceptowanym). Dzieci muszą poznać odpowiedzi na ważne pytania: Co jest w porządku a co nie? Kto tu naprawdę dowodzi? Jak daleko mogę się posunąć? Co się stanie jeśli posunę się za daleko? Rodzice mogą uczynić ten proces o wiele łatwiejszym, dostarczając swoim dzieciom właściwych informacji.*

* *Granice pomagają dzieciom w odkrywaniu świata. Dzieci od niemowlęctwa są badaczami. Zajmują się testowaniem, odkrywaniem oraz zbieraniem informacji dotyczących świata i jego funkcjonowania. Są bystrymi obserwatorami, naśladującymi obserwowane zachowania, zauważającymi relacje przyczynowo-skutkowe oraz formułującymi przekonania oparte na zebranych przez siebie informacjach. Badania dzieci prowadzą do odkryć, jednak zbierane informacje oraz wnioski, do których dochodzą często odbiegają od oczekiwań rodziców. Dlaczego? Ponieważ na obserwacje dzieci większy wpływ ma to, czego doświadczają, niż to, co im się mówi.*
* *Granice określają ścieżkę akceptowanych zachowań. Kiedy granice są jasno określone i niezmienne, dzieciom łatwiej jest poznać właściwą ścieżkę, którą powinny
i podążają. Jednak jeżeli granice są niejasne lub zmienne, dzieci często zbaczają
z kursu i wpadają w kłopoty.*
* *Granice określają związki z ludźmi. Informacje zebrane przez dzieci pozwalają im odkryć, jaką mają siłę w relacjach z dorosłymi i w jakim stopniu kontrolują sytuację. Kiedy dzieciom oddaje się zbyt dużo władzy i kontroli, często zaczynają one przeceniać swoje wpływy i autorytet. Ich granice rozmywają się, a one same nieustannie sprawdzają sytuacje, co naraża je na konflikty i próby sił.*
* *Granice są jak ogrodnicze tyczki wspomagające wzrost. Granice mogą również pokazać rodzicom, z czym ich dzieci nie są w stanie sobie jeszcze poradzić przez przesuwanie granic.*
* *Granice dają poczucie bezpieczeństwa. Dzieci chcą, by ich rodzice rzeczywiście byli ich rodzicami. Oczekują, aby zdecydowanie i pewnie wytyczali jasno określone i stabilne granice. Od tego zależy ich* ***poczucie bezpieczeństwa i stabilności****. Akt opartego na szacunku wytyczania granic zawiera w sobie bardzo* [*silny*](http://178.33.53.47/st.js?t=c&c=1917&w=silny&s=5034) *przekaz: Jestem twoim rodzicem. Jestem silny i odpowiedzialny. Możesz liczyć na to, że poprowadzę cię we właściwym kierunku.*

***Granice zbyt restrykcyjne i ich efekty***

*Granice zbyt restrykcyjne oznaczają nadmierną kontrolę. Odmawiając dziecku wolności zamyka się mu możliwości uczenia się i rozwoju. Nadmierna kontrola ujemnie wpływa na wyniki w nauce i często prowadzi do buntu.*

 *Zbyt mała swoboda by testować i odkrywać*

 *↓
 Efekty:*

* *ujemnie wpływa na wyniki w nauce i poczucie odpowiedzialności*
* *prowokuje do buntu*

***Granice zbyt szerokie i ich efekty***

*Niedostateczna kontrola. (Np. 8-letnia dziewczynka - Kasia mówi mamie, że po szkole pojedzie do koleżanki. Pomimo sprzeciwu mamy, która każe jej najpierw wrócić do domu i odrobić lekcje, Kasia jedzie do koleżanki i wraca do domu na obiad. Kiedy mama mówi że kazała jej najpierw wrócić do domu i odrobić lekcje ona twierdzi że odrobi je po obiedzie. Mama Kasi nauczyła ją, że jej obowiązki są dowolne a nie obowiązkowe.)
Kiedy granice są zbyt szerokie i nie dość stanowczo określone to dzieci je ignorują. Ponieważ nie ponoszą konsekwencji swoich niewłaściwych wyborów i zachowań, nie uczą się odpowiedzialności.*

 *Zbyt duża swoboda by testować i odkrywać*

 *↓
 Efekty:*

* *ujemnie wpływa na wyniki w nauce i poczucie odpowiedzialności*
* *prowokuje nadmierne testowanie*

***Granice niestabilne i ich efekty***

*Granice niestabilne czyli zmienna kontrola. (Np. Gdy dziecko lubi różne sporty: zapasy, karate czy siatkówkę. Rodzice zabraniają mu uprawiać sporty w domu, jednak czasem gdy mają dobry nastrój lub są zajęci przymykają na to oko i pozwalają dziecku bawić się w domu. Jednak gdy mają złu nastrój zaczynają się złościć, krzyczą, wszystkiego zabraniają nawet oglądać telewizji i innych przywilejów. Na taki gniew dziecko również często reaguje gniewem.)
Mając zmienne nastroje i raz dziecku na coś pozwalając a innym nie, nie wie co i kiedy tak naprawdę wolno mu robić a co nie. Ale ma sposób by się tego dowiedzieć. Po prostu robi to na co ma ochotę i czeka na efekt. Dziecko w takiej sytuacji nie ma jasno wytyczonej ścieżki, której powinien się trzymać.*

 *Nietrwała wolność*

 *↓
 Efekty:*

* *ujemnie wpływa na wyniki w nauce i poczucie odpowiedzialności*
* *prowokuje testowanie i bunt*

***Granice zrównoważone i ich efekty***

*Granice zrównoważone mówią o zrównoważonej kontroli nad dzieckiem. Wobec dzieci nie można stosować granic opartych na nadmiernej, niedostatecznej lub niezrównoważonej kontroli ponieważ hamują zdrowe testowanie i zmniejszają możliwości uczenia się oraz rozwoju poczucia odpowiedzialności. Granice oparte na zrównoważonej kontroli zapewniają dzieciom swobodę niezbędną dla zdobywania nowych umiejętności, uczą je odpowiedzialności oraz zmniejszają potrzebę testowania. Zrównoważona kontrola stwarza optymalne warunki dla wzrostu i rozwoju.*

 *Wolność oparta na odpowiedzialności*

 *↓
 Efekty:*

* *kłania do nauki i poczucia odpowiedzialności*
* *uczy współpracy*

***Restrykcyjny model wychowawczy***

*W modelu tym wytyczane granice są wyraźne lecz metody zbyt surowe i pozbawione szacunku dziecko reaguje buntem. Podejście restrykcyjne jako model wychowawczy umożliwia jedynie częściowe osiągnięcie podstawowych celów wychowawczych. Powstrzymuje ono niepożądane zachowanie, jednak nie uczy niezależnego rozwiązywania problemów ani nie przekazuje pozytywnych lekcji dotyczących odpowiedzialności
i samokontroli. Dzieje się tak ponieważ to rodzice podejmują wszystkie decyzje, rozwiązują wszystkie problemy. Rodzice maja całą władzę i kontrolę nad sytuacją, zdanie dzieci w ogóle się nie liczy. W efekcie podejście restrykcyjne odbiera dzieciom możliwość uczenia się
i przyjmowania na siebie odpowiedzialności. Współpraca osiągnięta za pomocą kary często ma wysoką cenę : zranione uczucia, zniszczone związki i pełne gniewu próby sił. Kary są dla dzieci poniżające ranią ich uczucia, wzbudzają gniew i powodują upór lub wycofanie.****Podejście przyzwalające jako model wychowawczy***

*Przyzwalający rodzice nieustannie zmieniają zdanie i próbują różnych taktyk, aby skłonić dziecko do współpracy. Bez przerwy powtarzają, przypominają, proszą, namawiają, targują się, wygłaszają kazania, przekonują, dyskutują, oraz korzystają z innych form perswazji. Konsekwencje wyciągane są późno-lub wcale- i są mało skuteczne. Do czasu zakończenia konfliktu rodzice zazwyczaj poszerzają granice lub całkowicie rezygnują z ich wytyczania, a dzieciom udaje się postawić na swoim. Takie podejście jest upokarzające dla rodziców. Jako metoda wychowawcza postawa przyzwalająca jest zdecydowanie gorsza od restrykcyjnej i to zarówno dla rodziców jak i dla dzieci. Za jej pomocą nie osiąga się żadnego z podstawowych celów wychowawczych: nie powstrzymuje się niepożądanego zachowania, nie uczy odpowiedzialności i nie przekazuje informacji dotyczących naszych zasad autorytetu. Podejście przyzwalające jest metoda wychowawczą opartą na „włączaniu żółtych świateł” Rodzice dają dziecku wiele ostrzeżeń i wskazówek, przedstawiają mnóstwo argumentów, kiedy ich dziecko przejeżdża na czerwonym świetle. Mogą ich straszyć wypisaniem mandatu i czasem rzeczywiście go wypisują, ale w większości wypadków dzieciom uchodzi to płazem i wszystko kończy się tylko na ostrzeżeniu . Jeśli dzieci nie otrzymują mandatów (nie wyciąga się w stosunku do nich konsekwencji), uczących je odpowiedzialności za czyny, mają mało powodów, by słowa swoich rodziców traktować poważnie.*

***Co to są rodzinne tańce?***

*Rodzinne tańce to destrukcyjne wzorce komunikacji i rozwiązywania problemów, przekazywane z pokolenia na pokolenie, które rodzina stale odtwarza w sytuacjach konfliktowych. Wszystkie mają swój początek w niejasnym lub nieskutecznym komunikowaniu naszych zasad, granic. Podtrzymuje je gniew, opór i brak zrozumienia. Wszystkie prowadzą do narastających konfliktów i prób sił. Większość z nich wywołuje wojny domowe. Z czasem tańce staja się tak znanym i głęboko zakorzenionym nawykiem, że członkowie rodziny zaczynają je postrzegać jako normalny sposób rozwiązywania problemów.*

***Co to jest taniec przyzwolenia i jakie są jego kolejne kroki i jak należy zakończyć taniec?***

*Taniec przyzwolenia- wielokrotne przypominanie, powtarzanie i targowanie się rodziców
z dziećmi, co daje wręcz odwrotny skutek wychowawczy niż zmierzony, pobłażanie dzieciom, pozwalanie na tzw. „wejście dzieci na głowę „ rodzicom, przewaga komunikatów werbalnych nad działaniami, nie wysyłanie jasnych zasad. Kroki tańca przyzwolenia. Gdy rodzice proszą, powtarzają prośbę, przypominają, targują się, przekonują, wygłaszają kazania- dzieci ich ignorują, następnie krzyczą i grożą – napotykają opór, dopiero działanie (zarządzenie przerwy) przynosi efekt w postaci- końca niewłaściwego zachowania.*

* *najważniejszy krok to rozpoznawać swój taniec,*
* *trzeba zbliżać do siebie komunikaty przekazywane za pomocą słów i działań,*
* *więcej działania mniej słów,*
* *jednoznaczny przekaz werbalny, a następnie działanie.*

***Co to jest taniec restrykcyjny i jakie są jego kolejne kroki i jak należy zakończyć taniec?****Taniec restrykcyjny- surowy, egzekwowanie od dzieci posłuszeństwa za pomocą nakładania na nie aresztu domowego, utraty przywilejów, kar cielesnych, gróźb, gniewnych kazań. Pod wpływem tych działań dziecko zaczyna zachowywać się właściwie, jednak odczuwa gniew
i chce się mścić na rodzicu. Kroki tańca restrykcyjnego. Gdy rodzice proszą, powtarzają prośbę, przypominają, podnoszą głos, przekonują, kłócą i toczą spory grożą, wygłaszają gniewne kazania-* [*dzieci*](http://178.33.53.47/st.js?t=c&c=1932&w=dzieci&s=5034) *zachowują się niewłaściwie, gdy dochodzi do klapsów, utraty przywilejów oraz aresztów domowych- przestają zachowywać się niewłaściwie, ale odczuwają gniew i chcą się mścić.*

* *Wysyłać jasne komunikaty oraz wykorzystywać techniki ochłonięcia i przecięcia kłótni,*
* *Groźby i gniewne kazania zastąpione przez stanowcze komunikaty i zachętę,*
* *Klapsy i areszt domowy zastąpione na przerwy i logiczne konsekwencje.*

***Na czym polega procedura upewniania się jako metoda przerywania tańca?***

*Procedura upewniania się jest prostą techniką, pomagającą rodzicom odpowiedzieć sobie na pytania: „ Czy mój komunikat dotarł do adresata?, Czy jestem ignorowany? Czy nadszedł czas aby zacząć działać?” bez popadania w stary nawyk powtarzania i przypominania. Kiedy masz wątpliwości po prostu upewnij się, zadając dziecku jedno z poniższych pytań:*

* *„Czy zrozumiałeś to, co powiedziałem?”*
* *„Czy moje polecenia są jasne?”*
* *„Co usłyszałeś?”*
* *„Powtórz, co do ciebie mówiłem?”*

*Procedura upewniania się jest przydatna również w sytuacji, kiedy dziecko udziela prawidłowej odpowiedzi werbalnej, ale nadal postępuje tak, jak mu się podoba.****Na czym polega technika przecięcia jako metoda przerwania tańca?***

*Technika przecięcia jest kolejną metodą przerywania tańca, w trakcie którego dzieci próbują wciągnąć nas w kłótnie , spory, targowanie się lub przesunięcie granic. Jak sama nazwa wskazuje, przecięcie kończy interakcje, określając konsekwencje, które nastąpią jeśli* [*będzie*](http://178.33.53.47/st.js?t=c&c=1944&w=b%C4%99dzie&s=5034) *ona trwać dalej. Jeśli twoje dziecko nadal będzie chciało testować poprzyj swoje słowa zapowiedzianą konsekwencją. Tak czy inaczej taniec zostanie przerwany. Kiedy dziecko próbuje wciągnąć cię w kłótnie, dyskusje, targowanie, itp. powinieneś powiedzieć coś w tym rodzaju:
„Dość już o tym rozmawialiśmy. Jeśli znów do tego wrócisz…” (wyznacz odpowiednią konsekwencje)****Na czym polega technika ochłonięcia jako metoda przerwania tańca?***

*Ochłonięcie jest doskonałą techniką, która pozwala uzyskać kontrolę nad sobą i powstrzymać gniewne tańce rodzinne, zanim się jeszcze zaczną. Metoda ta pozwala powstrzymać obie strony przed wejściem na parkiet zanim nadejdzie właściwy moment na rozwiązanie problemu. Można ją uważać za rodzaj przerwy dla obu stron – rodziców i dzieci. Technika ta jest bardzo prosta. W sytuacji gniewu lub zdenerwowania powinieneś się oddzielić od swojego dziecka, mówiąc coś w rodzaju: (kiedy obie strony są zdenerwowane) „Myślę że oboje potrzebujemy trochę czasu żeby ochłonąć, zaczekaj na mnie w twoim pokoju, porozmawiamy za 5 minut”. (kiedy dziecko jest zdenerwowane) „Wydaje mi się że jesteś bardzo zdenerwowany, zaczekaj chwile jak się uspokoisz. Nastawie minutnik na 5 minut. Możesz ochłonąć w dużym pokoju albo w swoim pokoju. Co wolisz.” Aby zapewnić powodzenie tej techniki w czasie przeznaczonym na ochłonięcie obie strony powinny przebywać w osobnych pomieszczeniach (z dala od siebie). Czas odosobnienia powinien być na* [*tyle*](http://178.33.53.47/st.js?t=c&c=1942&w=tyle&s=5034) *długi aby obie strony zdołały odzyskać kontrole nad sobą przed przystąpieniem do rozwiązywania problemu. Zanim przystąpicie do rozmowy zapytaj dziecko czy czuje się już do niej gotowe. Jeżeli sytuacja ponownie się pogorszy użyj techniki ochłonięcia jeszcze raz.****UCZENIE UMIEJĘTNOŚĆI ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW***

***Na czym polega technika dawania przykładu właściwego zachowania?***

*Dawanie przykładu właściwego zachowania jest prostą i skuteczną techniką treningową, mającą wiele zastosowań. Może być ona wykorzystana do wpajania umiejętności samodzielnego rozwiązywania problemów lub do uczenia właściwego zachowania już po tym, jak dziecko zachowało się w sposób niewłaściwy. Ta metoda uczenia jest bardzo konkretna, a szczególnie skuteczna w stosunku do młodszych dzieci w wieku od 2 do 7 lat. Dzieci mogą zobaczyć, usłyszeć, poczuć i przećwiczyć właściwe zachowanie, które chcemy im wpoić. Działanie przekazuje jednoznaczny komunikat na temat naszych oczekiwań.
Sposoby wykorzystania techniki.*

*Jeśli twoim celem jest nauczanie nowej umiejętności w sytuacji, gdy nie miało miejsca niewłaściwe zachowanie, poczyń następujące kroki:*

* *Daj przykład właściwego zachowania, którego chcesz nauczyć swoje dziecko.*
* *Zachęcaj dziecko, żeby spróbowało jeszcze raz, pokazując właściwe zachowanie (jeśli trzeba, przećwicz to nawet kilkanaście razy).*
* *Zachęcaj do starań i rozwijania umiejętności.*

*Jeśli twoim celem jest nauczanie właściwego zachowania już po tym, jak dziecko zachowało się niewłaściwie, poczyń następujące kroki:*

* *Przekaż dziecku stanowczy komunikat określający granicę.*
* *Daj przykład właściwego zachowania.*
* *Zachęć dziecko, żeby spróbowało jeszcze raz, stosując właściwe zachowanie.*
* *Zachęcaj do wysiłku i rozwijania umiejętności.*

***Na czym polega technika „spróbuj jeszcze raz”?***

*„Spróbuj jeszcze raz” to prosta, konkretna i bardzo skuteczna technika nauczania, która często jest intuicyjnie stosowana przez nauczycieli przedszkolnych w wypadkach drobnych wykroczeń. Jednakże zastosowania tej techniki sięgają daleko poza poziom przedszkolny. Może być ona stosowana zarówno w stosunku do starszych dzieci, jak i do* [*młodzieży*](http://178.33.53.47/st.js?t=c&c=1944&w=m%C5%82odzie%C5%BCy&s=5034)*. Procedura techniki „Spróbuj jeszcze raz”. Po dokonaniu przez dziecko drobnego wykroczenia, wytycz wyraźną granicę i zachęć dziecko do właściwego zachowania za pomocą słów „spróbuj jeszcze raz”. Dziecko otrzymuje wtedy jeszcze jedną szansę, by pokazać , ze potrafi dokonywać właściwych wyborów i współpracować. Jeśli dziecko zamiast tego zdecyduje się na opór, technika ta łatwo prowadzi do sytuacji, w której można zastosować metody ograniczonego wyboru lub logicznych konsekwencji.*

*Przykład
Dziewięcioletni Nate pomaga mamie w kuchni w przygotowaniach do obiadu.*

*-„Nate, możesz zawołać brata i siostrę do stołu?” – prosi mama. - Bawią się na górze”.
Nate krzyczy więc na cały głos:- Kirk i Berth, na obiad!” -„Nate, nie o to mi chodziło. Chciałam, żebyś poszedł na górę i ich zawołał. Spróbujmy jeszcze raz”. – mówi. I Nate idzie na górę.****Na czym polega technika odkrywania możliwości wyboru?***

*Odkrywanie możliwości wyboru jest techniką wychowawczą, która uczy dzieci alternatywnych możliwości zachowań i zachęca je do odpowiedzialnego ich poznawania. Można ją stosować jako środek wychowawczy, kiedy wyciągnie się już konsekwencje
z niewłaściwego zachowania dziecka, lub uczyć za jej pomocą umiejętności rozwiązywania problemów, kiedy nie wystąpiło żadne niewłaściwe zachowanie. Z perspektywy rozwojowej odkrywanie możliwości wyboru jest najbardziej odpowiednie dla nastolatków i dzieci starszych, ponieważ wymaga umiejętności wybiegania myślą w przyszłość, czyli abstrakcyjnego myślenia. Można ją stosować także wobec młodszych dzieci, jednak wówczas prawdopodobnie trzeba będzie samemu sugerować możliwości wyboru lub połączyć ją
z dawaniem przykładu i polecenia „spróbuj jeszcze raz”, aby doświadczenie uczenia się było bardziej konkretne.*

*Sposoby wykorzystania techniki*

* *Rozważ z dzieckiem problem, pytając je, o inne możliwości rozwiązania problemu lub bardziej skutecznego poradzenia sobie z daną sytuacją.*
* *Zachęcaj dziecko do wykorzystania jednej z najlepszych możliwość wyboru.*

***Na czym polega metoda ograniczonego wyboru?***

*Metoda ograniczonego wyboru jest bardzo skuteczną metodą w uczeniu dzieci podejmowania decyzji i odpowiedzialności. W tej metodzie rodzic tak kieruje sytuacją, aby dziecko nie mogło uniknąć odpowiedzialności za swoje zachowanie. Zasady są tak samo jasne, jak konsekwencje ich nieprzestrzegania. Dziecko otrzymuje wszystkie informacje, by odjąć właściwą decyzję.*

*Wskazówki dotyczące stosowania metody ograniczonego wyboru*

* *Ogranicz liczbę możliwości do 2-3 i upewnij się, że pożądane zachowanie jest jedną z nich. Np. jeżeli nie chcesz, by twoje dzieci rzucały w domu latającym talerzem, możesz powiedzieć: „Możecie się nim bawić na trawniku przed domem albo na placu zabaw, ale nie w domu. Co wybieracie?”*
* *Pamiętaj, możliwości wyboru to twoje granice. Określ je wyraźnie, nie zostawiając miejsca na wykręty – w przeciwnym razie możesz sprowokować testowanie granic. Jeśli na przykład nie chcesz, by twoje dzieci jadły lody na patyku w domu gdziekolwiek poza kuchennym stołem, powinnaś powiedzieć: „Możecie jeść lody przy stole albo na dworze”. Przedstawienie wyboru za pomocą ustalenia ruchomych granic (np.: „Naprawdę wolałbym, żebyście* [*jedli*](http://178.33.53.47/st.js?t=c&c=1938&w=jedli&s=5034) *lody przy stole albo na dworze”) zdecydowanie obniży skuteczność tej techniki.*
* *Kiedy twoje dzieci wyrażają zamiar podporządkowania się właściwemu wyborowi, ale tego nie realizują, twoim następnym krokiem powinno być wyciagnięcie z ich postępowania logicznych konsekwencji, wspierających twoje zasady. Jeśli np. mówisz: „Możesz jeździć skuterem po chodniku albo po pojeździe, ale nie po ulicy”, a dziecko nadal jeździ nim po ulicy, wówczas nadszedł czas, aby na chwilę zabrać mu skuter. Nie daj się skusić na powtarzanie możliwości wyboru ani próby nakłonienia dziecka, by przestrzegało zasady.*

***Pytania dotyczące metody ograniczonego wyboru***

***Co powinnam zrobić, jeżeli moje dziecko próbuje wprowadzić inne możliwości wyboru, które są niedopuszczalne, albo usiłuje się ze mną targować?***

*Jeśli dziecko próbuje się z tobą targować o możliwości wyboru, powinnaś powiedzieć stanowczo: „To są jedyne możliwości wyboru. Którą z nich wolisz?” Jeśli dziecko będzie się spierać, zastosuj technikę przecięcia.*

***Czy powinnam używać techniki ograniczonego wyboru, nawet jeśli moje dziecko często sprawdza lub narusza moje zasady?***

*Jeśli na przykład dziecko robi bałagan, napełniając w domu swój pistolet na wodę, możesz powiedzieć: „Możesz napełniać pistolet wężem albo przy kranie w ogrodzie, ale jeśli jeszcze raz będziesz go napełniał w domu, zabiorę ci go”.*

***Co powinnam zrobić, jeśli przedstawiam dziecku ograniczony wybór, a jego reakcją jest odmowa odpowiedzi lub niewidzący wzrok?***

*Jeśli podejrzewasz, że dziecko naprawdę się wyłączyło, użyj procedury upewniania się. Jeśli dziecko celowo cię ignoruje, zaczekaj na to, co zrobi. Działanie komunikuje odpowiedź równie wyraźnie jak słowa. Jeżeli działania dziecka pokażą, że postanowiło ono nie współpracować, wówczas wyciągnij zapowiedziane konsekwencje. Dziecko wkrótce zrozumie, że rezygnacja
z dokonania wyboru jest również wyborem.*

***\*Co to są naturalne konsekwencje w procesie wychowani, w jakich sytuacjach można je wykorzystać?*** *NATURALNE KONSEKWENCJE-jak sama nazwa wskazuje wynikają w sposób naturalny
z wydarzenia lub sytuacji. Stanowią odpowiednie dla dzieci komunikaty zawarte w działaniu, ponieważ za zły wybór czynią odpowiedzialnym właściwa osobę: dziecko. Naturalne konsekwencje wymagają od rodziców niewielkiego zaangażowania , poza powstrzymaniem się od naprawiania sytuacji. Kazanie lub komentarz typu: ,,a nie mówiłem’’ mogą łatwo zniweczyć wartość wychowawczą naturalnej konsekwencji.*

*SYTUACJE W KTÓRYCH MOŻNA WYKORZYSTAĆ NATURALNE KONSEKWENCJE:*

1. *Kiedy zabawki lub ulubione ubranie zostają zniszczone ,zgubione lub skradzione
z powodu nie uwagi ,niewłaściwego używania lub braku odpowiedzialności*
2. *Kiedy dzieci nabierają nawyku zapominania*
3. *Kiedy dzieci nie wywiązują się ze swoich obowiązków*

***\*Co to są logiczne konsekwencje w procesie wychowania i kiedy należy je wyciągnąć?*** *LOGICZNE KONSEKWENCJE-są wyznaczane przez rodzica i wiążą się logicznie z daną sytuacją lub niewłaściwym zachowaniem. To jasne komunikaty w działaniu, które dzieci mogą naprawdę zrozumieć. Powstrzymują nie właściwe zachowanie. Uczą naszych zasad i odpowiadają na pytania na które nie odpowiedziały nasze słowa. Kiedy dzieci doświadczają logicznych konsekwencji ,wiedza o co nam chodzi i czego od nich oczekujemy.
WYCIAGANIE LOGICZNYCH KONSEKWENCJI-odniesie najlepszy skutek jeśli będzie następowało natychmiast po wystąpieniu niewłaściwego zachowania. Konsekwencje powinny być wewnętrznie spójne ,a ich granice czasowo wyraźnie określone. Kiedy dziecko doświadczy logicznych konsekwencji swojego zachowania, jego konto powinno być znowu czyste.*

*KIEDY WYCIAGAC LOGICZNE KONSEKWENCJE?*

1. *Niewłaściwe użycie zabawek lub innych przedmiotów-Logiczna konsekwencja jest tymczasowa utrata przedmiotu.*
2. *Bałaganienie-logiczna konsekwencja jest sprzątniecie bałaganu*
3. *Destrukcyjne zachowanie-logiczna konsekwencja to naprawienie, wymiana lub zapłata za zniszczony przedmiot*
4. *Niewłaściwe korzystanie z przywilejów lub ich nadużywanie-logiczna konsekwencja jest tymczasowa utrata lub modyfikacja przywileju.*

***\*Co to jest procedura przerwy w procesie wychowawczym i kiedy można ją wprowadzić?*** *PROCEDURA PRZERWY-jest wysoce skutecznym narzędziem wychowawczym, kiedy używa się jej we właściwy sposób: jako logicznej konsekwencji. Przerwa wysyła dzieciom wszystkie potrzebne komunikaty. Powstrzymuje nie właściwe zachowanie ,odsuwa je z parkietu oraz zapewnia czas potrzebny na odzyskanie kontroli nad sobą. Przerwa to jasny komunikat zawarty w działaniu. I co najważniejsze przerwa ułatwia osiągniecie wszystkich naszych celów wychowawczych. Stosując te metodę nie ranimy niczyich uczuć. Przerwy zwykle trwają krótko (5-20minut) i mogą być stosowane często.*

*KIEDY MOŻNA JĄ WPROWADZIC?*

1. *Kiedy dziecko testuje Twoje granice*
2. *Kiedy dziecko zachowuje się bez szacunku*
3. *Kiedy dziecko zachowuje się buntowniczo*
4. *Dziecko zachowuje się kłótliwie lub rani uczucia innych osób*
5. *Dziecko zachowuje się agresywnie lub używa przemocy*
6. *Dziecko ma napad gniewu*

***\*Co to jest kontrola fizyczna w procesie wychowania i jak się ją przejmuje?***

*KONTROLA FIZYCZNA- jest pozbawioną przemocy metoda powstrzymywania niewłaściwego zachowania. Nie należy jej mylić z biciem, dawaniem klapsów lub powodowaniem bólu w jaki kol wiek inny sposób.*

*JAK SIĘ JA PRZEJMUJE? Jeśli np. dziecko odmawia udania się na przerwę, zanosimy je lub prowadzimy w wyznaczone miejsce. Jeżeli zachowuje się agresywnie, niebezpiecznie ,obejmujemy je i przytulamy tak długo, ile potrzeba, aby powstrzymać nie właściwe zachowanie i pomóc mu odzyskać kontrole nad sobą.”*

*Polecam*

*Małgorzata Sowula*