

CUM SĂ ÎNCURAJĂM COMPORTAMENTELE POZITIVE?

Sugestii

- Luați în considerare situația sau contextul în care apare comportamentul.
- Urmăriți modul în care se comportă copilul.
- Încercați să descoperiți ce anume urmărește să obțină copilul prin comportamentul lui/ei (adeseori copiii încearcă să atragă atenția asupra lor).
- Spuneți copilului care sunt comportamentele pe care doriți să le manifeste și care sunt așteptările dvs. în legătură cu aceste comportamente.
- Stabiliți reguli de comportament împreună cu copilul dvs. și faceți apel la ele de fiecare dată (aceste reguli vizează și adulții din familie).
- Cereți sfatul și permiteți copiilor dvs. să vă ajute în activitățile de menaj.
- Discutați cu copilul dvs. despre consecințele comportamentelor lui/ei.
- Recompensați copilul în funcție de ceea ce este valoros pentru el/ea, spre exemplu:
 - Aprobare verbală și valorizare ("Mulțumesc pentru ajutor!", "Excelent", "Te joci așa de frumos cu...!")
 - Zâmbet, râs, aplauze
 - Atingere pe umăr, strâns mâna, îmbrățișare
 - Implicarea în activități preferate (jocuri, ieșiri în natură, TV etc.)
- Răspundeți cu calm la comportamentele nedorite.
- Recompensați copilul sau dați pedepsele imediat după comportamentul acestuia.
- Recompensați copilul sau dați pedepsele sub forme diferite, de fiecare dată când apare comportamentul.
- Neacordarea recompenselor este o forma de pedeapsă.
- Evitați să-i spuneți copilului că este rău. În schimb, discutați cu el/ea despre comportament și ce anume nu a fost adecvat situației. Chiar dacă s-au comportat greșit, aceste comportamente nu exclud afecțiunea părinților.
- Învățați copilul comportamente alternative.
- Învățați copilul să respecte secvențe din programul zilnic (spre exemplu, "Ne spălăm pe dinți și ne punem singuri pijama în fiecare seară.").
- Evitați conflictele deschise cu copilul. Atunci când acesta încearcă să vă verifice limitele (vorbește urât, lovește obiectele, se aruncă pe jos etc.) ieșiți calm din cameră și spuneți-i că sunteți dispus să discutați cu el/ea când dorește acest lucru.
- Aveți răbdare cu dvs. și cu copilul dvs.