



Draugaukime:
[https://www.facebook.com/
KlaipedosPPT](https://www.facebook.com/KlaipedosPPT)

Kiti patarimai:

Venkite ilgų aiškinimų.
Negrąšinkite.
Tokį auklėjimą taikykite maždaug iki 10 metų.

Suaugęs labai greitai priena prie ketvirto žingsnio. Todėl pirmus tris žingsnius reikia pakartoti du kartus ir tik tada veikti pagal ketvirtą žingsnį.

Čia labai svarbu, jog vaikas daro išvadą – “Aš pats susivaldžiau”. Taigi vaikas išmoksta pats save kontroliuoti, būti atsakingas už savo veiksmus.

Klaipėdos pedagoginė
psichologinė tarnyba
Parengė psichologė
Dalia Klumbienė

„Skausmas ir sunkumai skatina mus augti. Jokios kitos aplinkybės nesuteiks tokio stimulo keistis. Niekas daugiau nedaovanos tokios galimybės pažadinti savo galias.“

Robin Sharma

www.klaipedosppt.lt
klaipedosppt@gmail.com

Tel. 8 699 10201

Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba

Psichologo rekomendacijos
tėvams

KAIP NUSTATYTI VAIKAMS LEISTINO ELGESIO RIBAS

Ribos – tai taisyklės, nurodymai, draudimai.

Ribų nustatymo tikslai:

1. Leisti vaikui išreikšti jį užvaldžiusius jausmus priimtiniu būdu.
2. Padėti vaikui mokytis savikontrolės ir atsakomybės.



Ribų nustatymo žingsniai:

Pirmasis žingsnis

- Stebėkite vaiko elgesį ir savęs klauskite: “Ką vaikas jaučia? Ko nori?”
- Tada pasakykite vaikui apie jo jausmus ir elgesį. Pavyzdžiui, jei vaikas laužo lėlę, sakykite: “Tu esi taip supykusi, kad net lėlę laužai!” Jei parduotuvėje verkia, ožiuojasi, reikia sakyti: “Tu nori žaislo ir todėl labai pyksti ant manęs”.
- Vaikui patinka, kad suaugęs jį supranta. Tada tas žmogus jam tampa svarbus ir reikšmingas. Jausmai susilpnėja. Vaikas nusileidžia, jei niekas jo nekritikuoja.
- Jei vaikas nenustoja netinkamai elgtis, tada turi sekti antras žingsnis.

Antrasis žingsnis

- Dabar vaikui pasakykite aiškias ribas. Pavyzdžiui: “Nekalk plaktuku, kai sesė miega.” “Manęs negalima badyti”. “Puošnūs rūbai yra skirti šventėms, į kiemą su jais eiti negalima”.
- Po tokio pasakymo turi būti pauzė, kad vaikas galėtų pasirinkti.
- Apribojimai turi būti išsakomi tvirtu, ramiu tonu, nesišypsant, neįsakančiai. Ribos turi būti pastovios visada. Būtina, kad vaikas jų laikytųsi.
- Jei vaikas nenustoja blogai elgtis, tada turi būti trečiasis žingsnis.

Trečiasis žingsnis

- Pasakykite vaikui, kada jis taip gali elgtis. Pavyzdžiui: “Ant sienos piešti negalima. Tu gali piešti ant lapo, akmenukų”. “Manęs mušti negalima, tu gali mušti pagalvę”.
 - Nepasisekus – ketvirtas žingsnis.
-

Ketvirtasis žingsnis

- Pasakykite vaikui, kas bus jei jis toliau netinkamai elgsis. Šis žingsnis – tai ultimatumo suradimas. Pavyzdžiai: “Jei tu nuspręsi dar piešti ant sienos, vadinasi tu nusprendei daugiau nebepiešti su tais dažais. Aš juos paimsiu”.
- Jei vaikas ir toliau piešia, tada reikia paimti iš jo dažus.
- Labai dažnai vaikas pradeda isterikuoti, kandžiotis ar klykti. Tada jam pasakykite – “Aš matau, kad reikia tau nusiraminti”. Reikalaukite, kad jis nueitų į nusiramavimo vietą, kurioje galėtų pabūti vienas. Nusiramavimo vieta gali būti kitas kambarys. Jei vaikas neina, galima jį nunešti. Jei jis spardosi, draskosi – tai galite būti kartu su vaiku.
- Vaikas gali išeiti iš nusiramavimo vietos, jei buvo kurį laiką nutilęs.
- Vaikui grįžus nebepriminkite jam apie tai, kas buvo.