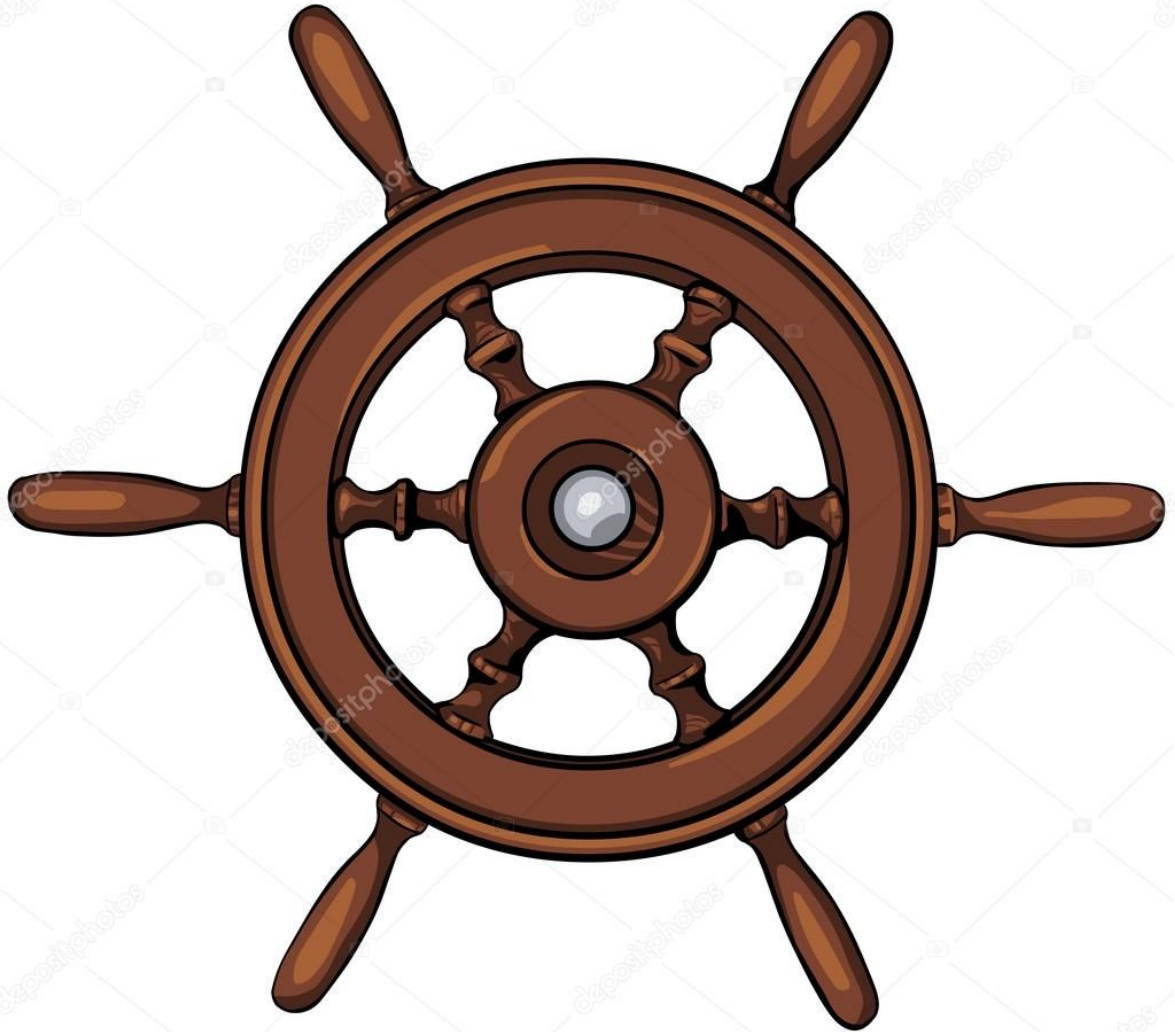


8 KÓŁ RATUNKOWYCH czyli



Jak poradzić sobie ze złym zachowaniem .

1. Złe zachowanie dziecka nie wynika z jego złego charakteru. Dzieci są czasem **niegrzeczne**, bo w ten sposób wyrażają swoje zdanie, **buntują się**, chcą postawić na swoim albo zwrócić na siebie uwagę. Sprawdź, co sprawi, że dziecko stanie się grzeczniejsze (bo musisz pamiętać, że idealnie grzecznych dzieci nie ma).

2. Dzienny „rozkład jazdy”

W miarę stałe pory posiłków, kąpieli, gaszenia światła itd. oraz znajome **rytuały** (np. czytanie bajki przed snem) są ważne nie tylko dla niemowlaków. Także przedszkolaki wołają, gdy w ich życiu panuje **porządek** (nie mylić z wojskowym drylem), bo w chaosie się gubią i nie czują bezpiecznie. Można pójść w ślady **Superniani** i spisać plan dnia na kartce lub tablicy. Słowa można zastąpić obrazkami.

3. Nagrody

Nagrodą może być jakiś drobiazg (np. naklejka), **pochwała**, wspólna zabawa albo po prostu nasza uwaga (na ogół poświęcamy ją dzieciom, gdy są niegrzeczne i tym samym wzmocniamy złe zachowania).

4. Konsekwencje

Dziecko powinno wiedzieć, jakie konsekwencje poniesie, jeśli nie zrobi tego, o co je prosimy. Najlepiej, jeśli wynikają z sytuacji (np., jeśli dziecko nie posprząta zabawek, nie zdąży obejrzeć bajki).

5. Umowa

Jeśli dziecko ma z czymś wyjątkowo duży problem, np. **nie szanuje zabawek**, można z nim spisać **umowę**. Kilkulatki lubią być traktowane poważnie, więc obie strony muszą dotrzymać swoich zobowiązań. Twoje dziecko nie potrafi jeszcze czytać? Nie szkodzi. Przecież ma ciebie.

6. Minutnik

Dla przedszkolaka zdanie w rodzaju „Za pięć minut koniec kąpieli” nic nie znaczą. Kuchenny minutnik pozwoli mu zrozumieć upływający czas.

7. Liścik

Dzieci uwielbiają dostawać listy, te, które nie potrafią jeszcze czytać także (list możesz przeczytać ty, najważniejsze, że adresatem jest dziecko). Zamiast po raz dziesiąty mówić „Posprzątaj zabawki”, napisz na karteczce „Droga Natałko! Chcemy wrócić do swoich domów. Twoje lalki i misie.”

8. Zabawa

Zamiast bez ustanku powtarzać „Pospiesz się, bo spóźnimy się do przedszkola, albo „Kiedy wreszcie zaczniesz sprzątać?”, powiedz „Ciekawe, kto pierwszy dotrze do ławki/drzewa itd.” lub „Ciekawe, kto pierwszy uwinie się ze swoim zadaniem, ty ze zbieraniem klocków, czy ja z robieniem kolacji.”

Mały buntownik

Niezależność dziecka

Wszystkim dzieciom zdarzają się chwile nieposłuszeństwa, braku reakcji na konkretne polecenia czy też nie stosowania się do ogólnych zasad panujących w domu.

Nieposłuszeństwo osiąga punkt kulminacyjny w drugim roku życia dziecka i z czasem stopniowo maleje. Wyniki badań wskazują, że normalnie rozwijające się 4-, 5-latki słuchają około dwóch trzecich poleceń rodziców. Te przemijające przypadki nieposłuszeństwa związane są ze zrozumiałą aczkolwiek irytującą ekspresją rozwijającej się niezależności dziecka. Niemniej jednak, jeśli rodzice mają przygotować dziecko do dorosłości, pewien stopień posłuszeństwa jest konieczny.

Mały buntownik

We wczesnym okresie życia (od urodzenia do siedmiu, ośmiu lat), przestrzeganie pewnych poleceń i instrukcji rodzicielskich ma decydujące znaczenie dla opanowania przez dziecko podstawowych umiejętności społecznych, intelektualnych i fizycznych. Stanowcze, lecz pełne miłości ramy dyscypliny pomagają dziecku stworzyć własne wytyczne i czynniki kontrolne, dzięki którym może przewidywać konsekwencje swoich działań i samemu się dyscyplinować. Brak ukierunkowanych działań rodzica wobec dziecka prowadzi do występowania we wczesnych latach życia zaburzeń opozycyjno-buntowniczych, a w późniejszych (od mniej więcej siódmego roku życia) – poważnych zaburzeń zachowania.

Uwaga na odwet

Szczególne cechą zaburzeń zachowania jest dość trudna do pohamowania agresja. Pojawia się jako naturalny, choć męczący efekt uboczny socjalizacji. Już u niemowląt pojawia się gniew – niemowlę nie toleruje braku zaspokajania swoich potrzeb i w chwili frustracji uderza swoich rodziców, którzy przytulaniem chcą wynagrodzić dziecku chwilową rozłąkę. Do typowych przejawów nieukierunkowanego gniewu małych dzieci należy: tupanie, wstrzymywanie oddechu, krzyki i tym podobne. Im młodsze dziecko tym silniejsze żądania natychmiastowego zaspokajania potrzeb. W miarę dorastania przypadkowe, nieukierunkowane i rozproszone przejawy pobudzenia emocjonalnego stają się coraz radsze, ustępując miejsca zachowaniom agresywnym o charakterze odwetowym. Zalicza się do nich rzucanie przedmiotami, mocne chwytywanie, szczypanie, bicie, uderzanie, przezywanie, kłócenie się i wymuszanie. Małym dzieciom niełatwo jest cierpliwie czekać i ładnie prosić, być hojnym, rozważnym i zdolnym do poświęceń.

Wymuszenia

Od najwcześniejszych lat u dzieci występuje około czternastu zachowań wymuszających: napady złości, płacz, marudzenie, krzyk, rozkazywanie itp., które stosują w celu wywierania wpływu na rodziców. Zachowania wymuszające stopniowo zanikają, od największej intensywności w drugim roku życia do bardziej umiarkowanego poziomu w chwili pójścia do szkoły. Zachowania wymuszające starszych, agresywnych chłopców i dziewcząt na poziomie

porównywalnym do etapu dwu- trzylatka są przykładem zahamowanego rozwoju. Nauka umiejętności społecznych jest istotnym elementem eliminowania agresywnych zachowań. Wiele badań zgodnie potwierdza, że agresywne zachowania dzieci może być związane z długotrwałymi, nieprawidłowymi postawami i metodami wychowawczymi. Według nich zbyt swobodna dyscyplina w połączeniu z wrogimi postawami rodziców, prowadzi do kolejnych bardzo agresywnych i niekontrolowanych zachowań.

Przemoc rodzi przemoc

Rodzice z wrogimi postawami najczęściej nie akceptują i ganią dzieci - nie okazują im uczucia, nie rozumieją ich, ani niczego im nie wyjaśniają, stosują wiele kar fizycznych, ale nie tłumaczą, dlaczego w ten sposób wykorzystują swoją władzę. Istnieje związek między nadmiernym stosowaniem kar fizycznych przez rodziców w domu, a wysokim poziomem agresji ich dziecka poza nim. Przemoc rodzi przemoc-dziecko uczy się, że siła to potęga.

Dyscyplina ponad wszystko

W prawidłowym rozwoju dziecka w czwartym roku życia zdecydowanie poprawia się umiejętność powstrzymywania się od rozkazywania, zachowań destrukcyjnych i prób wymuszania za pomocą agresji. W piątym roku życia dzieci rzadziej uciekają się od słowa „nie”, rzadziej są nieposłuszne i rzadziej zachowują się aspołecznie niż ich młodsze rodzeństwo. Zmniejsza się liczba napadów złości. Ważne jest postawienie granicy tam, gdzie brak posłuszeństwa, agresja bądź inne przykłady złego zachowania, zaczynają być nadmierne, nieproduktywne, a co za tym idzie, dysfunkcyjne. W celu ograniczenia złych zachowań stosuje się określone strategie dyscyplinowania dziecka, przy czym słowo „dyscyplina” oznacza kierowanie, dopingowanie, ustalanie jasnych granic oraz dawanie dobrego przykładu.

Ucieczka do sprawdzonych technik

Jeżeli chcemy pomóc maluchowi pozbyć się niepożądanych zachowań i nauczyć go zachowywać się odpowiednio, możemy zastosować następujące metody:

- pozytywne wzmocnienia: nagradzamy pożądane zachowania dziecka na zasadzie „Przyłapuj dziecko na dobrym, a nie na złym zachowaniu”, nagrodą mogą być słodkie, ulubione zajęcia, pochwały, dopingowanie, które następują bezpośrednio po konkretnym zachowaniu dziecka:

- pochwała-ignorowanie: przyjmujemy zasadę, że dziecko robi wszystko, żeby inni, a zwłaszcza rodzice skupili na nim uwagę, zawsze sprawdza się następująca zasada: dobre zachowanie + wzmocnienie (nagroda) = jeszcze lepsze zachowanie, dobre zachowanie + brak wzmocnienia = pogorszenie zachowania, złe zachowanie + wzmocnienie = jeszcze gorsze zachowanie (wzmocnienie to skupienie na dziecku uwagi rodzica), złe zachowanie + brak wzmocnienia = poprawa zachowania. Złe zachowanie, takie jak napad złości połączony z rzucaniem się np. na podłogę, należy ignorować, dziecko po pewnym czasie samo się uspokoi, a nie uzyskawszy wzmocnienia zaprzestanie takich działań;

- izolowanie od wzmocnień pozytywnych: stosujemy wykluczenie z jakiegoś działania, np. dziecko na skutek złego zachowania zostaje wykluczone z zabawy, nie może włączyć się do ulubionego działania, ale może je obserwować, wykluczenie powinno trwać najwyżej kilka minut np. 3 do 5;

- koszt zachowania: polega na odebraniu dostępnych w danej chwili przywilejów, na przykład dziecko nie posprzątało zabawek, nie może oglądać programu telewizyjnego;

- uczenie się przez obserwację (modelowanie): polega na dawaniu dzieciom dobrego przykładu własnym zachowaniem, ponieważ dzieci naśladowają innych, modelują swoje zachowanie na podstawie obserwacji ważnych osób w swoim otoczeniu, kopiując ich słowa i postępowanie.

Najważniejsza jest miłość

Reasumując należy podkreślić, że żadne metody nie odniosą pożądanego skutku, jeżeli nie okażemy dziecku należytej miłości, akceptacji i pozytywnej uwagi. Jeżeli dziecko ufa swoim rodzicom, kocha ich i szanuje (mówiąc innymi słowami identyfikuje się z nimi), wówczas jego pragnienie, by sprawić im przyjemność powoduje, że stosowane przez nich nagrody i kary mają ogromne znaczenie.

Uczucie to najlepsza siła napędowa uczenia się.

Porady dla rodziców dziecka z trudnościami w nauce

Przyczyny niepowodzeń szkolnych uczniów są złożone i wielorakie. Mogą tkwić np.: w postępowaniu samego ucznia jego motywach i przejawach jak również

w niedociągnięciach w pracy dydaktyczno – wychowawczej. Przyczyny te mogą się także odnosić do czynników od ucznia niezależnych np.: zaniedbania środowiskowe, złe warunki bytowo – kulturowe w domu, długotrwała choroba, niekorzystna atmosfera panująca w rodzinie. Istotną przyczyną niepowodzeń szkolnych jest również nieharmonijny rozwój umysłowy dziecka, czyli rozwój jest prawidłowy lecz nie przebiega równomiernie we wszystkich funkcjach.

W przypadku stwierdzenia słabej sprawności umysłowej tworzy się wówczas przejaw rozbieżności między wymaganiami szkoły a wynikami nauczania uzyskiwanymi przez poszczególnych uczniów, należy skorzystać w tym przypadku z pomocy pedagoga lub psychologa w szkole, a przede wszystkim poddać dziecko badaniom psychopedagogicznym. Badania takie – diagnostyczne prowadzi się w poradni psychologiczno – pedagogicznej, gdzie rodzice mogą się zgłaszać bez skierowania. Każde przedszkole i każda szkoła są związane z tego typu placówką. Badania są bezpłatne i odbywają się tylko za zgodą rodziców /prawnych opiekunów. Po badaniu rodzice mogą otrzymać pisemną opinię bądź informację albo instruktaż czy poradę.

Dokumentem, który pomoże dziecku w funkcjonowaniu szkolnym jest opinia poradni, zawiera ona opis słabych i mocnych stron funkcjonowania dziecka, a więc wskazuje jakie funkcje rozwijają się z opóźnieniem, co jest przyczyną trudności, a na jakich funkcjach można oprzeć się w pracy bieżącej i w terapii. Ponadto znajdują się tam wskazania i zalecenia jaką pomoc dziecko powinno otrzymać w szkole i w domu. Uczniom z trudnościami w nauce potrzebna jest pomoc nauczycieli uczących jak i codzienne wsparcie ze strony najbliższych. Jeśli problemy dziecka będą zauważone wcześniej i zaległości nie będą duże to pomoc będzie skuteczna. W celu przezwyciężenia trudności w szkołach prowadzone są dla uczniów potrzebujących zajęcia korekcyjno – kompensacyjne oraz dydaktyczno – wyrównawcze. Dziecko wówczas pracuje ze specjalistą, praca musi być dostosowana do jego możliwości i potrzeb.

Zbyt późno wykryte u ucznia zaburzenia rozwojowe oraz wszelkie zaniedbania mogą doprowadzić do nagromadzenia się braków w wiadomościach szkolnych oraz zaburzeń rozwoju osobowości (zachowania społeczne, fobia szkolna, itp.).

Często najtrudniejsze dla rodziców jest zaakceptowanie faktu, że dziecko ma trudności w nauce. Uczeń, który nie jest w stanie zaspokoić ambicji rodziców, znajduje się w wyjątkowo trudnej sytuacji. Bardzo często rodzice krytykują wtedy swoje dziecko porównują z innymi, a ono czuje wówczas, że zawiodło oczekiwania rodziców. Rodzice powinni wiedzieć, że podstawowym warunkiem skutecznej pomocy dziecku są komunikaty, że jest ono kochane i akceptowane pomimo jego trudności.

Jak pomagać dziecku, które ma trudności w nauce?

1. Należy jak najwcześniej poinformować wychowawcę klasy o trudnościach dziecka; omówić jego problem oraz poprosić o współpracę, poradę, instruktaże do pracy z dzieckiem w domu.
2. Trzeba interesować się postępami dziecka; rodzice powinni systematycznie uczęszczać na zebrania klasowe i wykazywać zainteresowanie problemami dziecka. Ważne jest również odpowiednie zachowanie rodzica po przyjściu z wywiadówki, należy powstrzymać negatywne emocje. Najlepiej dać sobie czas na wyciszenie, by później podczas rozmowy z dzieckiem przekazać mu pozytywne informacje o nim jak i negatywne, gdy pojawią się problemy wspólnie ustalić ich rozwiązanie.
3. Bardzo istotna jest pomoc dziecku w odrabianiu lekcji – Rodzicu wspieraj, ale nie wyręczaj.

Dziecko z „trudnościami w nauce” winno wykonywać więcej ćwiczeń utrwalających materiał szkolny. Warto w domu też wspólnie powtarzać materiał z lekcji, aby nie dopuścić do nagromadzenia się zaległości, które w konsekwencji mogą doprowadzić do tego, że dziecko nie będzie w stanie sprostać wymaganiom szkolnym. Pomagając dziecku w odrabianiu zadań domowych nie należy go wyręczać, lecz wdrażać do samodzielnej pracy. W razie zauważenia trudności trzeba pomóc dziecku w taki sposób, aby nie czuło własnej nieudolności. Pracy z dzieckiem w domu powinien podjąć się rodzic bardziej opanowany, spokojniejszy, bardziej tolerancyjny na niepowodzenia dziecka czyli nie ten kto jest „mądrzejszy”, ale ten, kto ma najwięcej cierpliwości. Rodzic winien dopilnować, aby dziecko miało zawsze odrobioną pracę domową, spakowany plecak, niezbędne przybory do szkoły na następny dzień, itp.

4. Nie należy przeceniać znaczenia oceny.

Oceny otrzymane w szkole decydują o tym czy dziecko jest radosne, smutne, akceptowane czy odrzucone. Istotne jest, aby rodzic doceniał zawsze pracę dziecka, jego zaangażowanie w pracę, chwalił nawet za najmniejsze osiągnięcia. Dziecko będzie wtedy zadowolone i zmobilizowane do dalszego wysiłku. Rodzic nie powinien porównywać ocen swojego dziecka z ocenami rówieśników czy rodzeństwa.

5. Rodzic winien motywować dziecko do nauki.

Motywacja jest siłą do nauki, a skutecznym środkiem jest np. drobna nagroda, uznanie rodziców. Jeśli rodzic będzie interesować się tym, co dziecko robiło w szkole, przeglądać na bieżąco zeszyty dziecka, czytać wspólnie notatki z zajęć, chwalić dziecko gdy wykona ćwiczenie poprawnie – wtedy dziecko będzie czuło satysfakcję

z własnych osiągnięć i chętniej będzie się uczyło.

Dziecko powinno wiedzieć, że rodzice są po jego stronie i może zawsze na nich liczyć. Ważne jest zapewnienie atmosfery zrozumienia, akceptacji i życzliwości.

6. Istotne w postępowaniu rodzica jest budowanie w dziecku poczucia jego własnej wartości.

Dziecko będzie pozytywnie myślało o sobie, gdy będzie miało poczucie własnej wartości. Znaczną rolę w budowaniu poczucia wartości dziecka ma wychowanie. Dziecko tworzy wiedzę o sobie na podstawie usłyszanych informacji, od najmłodszych lat myśli o sobie, analizuje co mówi o nim otoczenie. Z uwagi na to istotna jest pozytywna komunikacja, wzmacnianie, pochwały w odniesieniu do realnych sytuacji i zachowań dziecka.

7. Opracowanie planu dnia i organizacja czasu wolnego.

Dziecku należy w ciągu dnia wyznaczyć czas na naukę oraz czas wolny od zajęć. Bez pomocy rodziców we właściwym zaplanowaniu i zorganizowaniu dnia, dziecko zwłaszcza małe, szybko się zniechęci, gdyż nie poradzi sobie z organizacją czasu. Odpowiednią ilość czasu należy przeznaczyć na odrabianie lekcji i naukę. Konieczne jest zadbanie także o odpoczynek. Najlepszą formą spędzenia wolnego czasu jest aktywność fizyczna – np.: zabawa na świeżym powietrzu, jazda na rowerze, ma to bardzo duże znaczenie dla prawidłowego rozwoju dziecka. Ważne jest również wspólne spędzanie czasu wolnego np.: rodzinne spacerki, wspólne wyjście na lody, wycieczki, gry stolikowe.

8. Ograniczenie sytuacji, które mogą działać na dziecko rozpraszająco.

Gdy dziecko ma problemy z koncentracją uwagi, należy ograniczyć mu podczas pracy wszelkie bodźce, które by mu przeszkadzały (głośna muzyka, odgłosy z innych pomieszczeń, rozmowy telefoniczne itp.). Miejsce do pracy powinno być uprzątnięte, bez zbędnych przedmiotów przykuwających wzrok dziecka i rozpraszających jego uwagę. **Obserwując u dziecka podczas ćwiczeń spadek zainteresowania, rozprężenie uwagi, należy przerwać ćwiczenia i zorganizować mu np.:** zabawę słowną w dokończenie wyrazów, kto powie więcej wyrazów na daną literę, kilka ćwiczeń ruchowych, czy chwilę rozmowy przy herbatce i ciastku, itp.

Aby pomóc dziecku w nauce, należy przestrzegać ważnych zasad:

1. Należy od początku przyzwyczaić dziecko do wykonywania zadań domowych o tym samym czasie – Rodzic winien być konsekwentny w przestrzeganiu przyjętej zasady,
2. Wykonywanie zadań powinno odbywać się stale w tym samym miejscu (najlepiej, jeśli będzie to własny pokój i własne biurko), w ciszy, spokoju oraz odpowiednim oświetleniu.
3. Przed przystąpieniem do odrabiania lekcji dziecko powinno przygotować sobie potrzebne przybory.
4. Ważne jest stopniowanie trudności – najpierw należy wykonywać zadania trudniejsze, które wymagają więcej energii, a później przejść do zadań łatwiejszych.
5. Podczas pracy nie należy rozpraszać uwagi dziecka, nie odrywać od pracy, nie obciążać go innymi pracami, nie absorbować pobocznymi tematami.
6. Istotne jest by stosować, gdy zachodzi konieczność, małe przerwy w nauce.
7. Po wykonaniu każdego zadania, wymagającego od dziecka wysiłku, należy je pochwalić, obdarzyć uwagą.
8. Pomoc rodziców musi być przemyślana, nie może to być wyręczanie dzieci z ich obowiązków.
9. Należy stworzyć w domu odpowiednią atmosferę poszanowania nauki np.: gromadzenie odpowiedniej literatury, którą dziecko może wykorzystać do nauki, itp.

Kiedy dziecko nie powinno odrabiać lekcji?

1. Dziecko nie powinno odrabiać lekcji bezpośrednio po zakończeniu zajęć w szkole, ponieważ jest zmęczone i ma prawo do odpoczynku.
2. Tuż po obfitym posiłku, obiedzie, kolacji gdyż wówczas organizm jest nastawiony na trawienie.
3. Późnym wieczorem, po godzinie 20.

Lektura dla rodziców:

1. Faber, E. Mazlish „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”, „Jak mówić żeby dzieci się uczyły”, Media Rodzina; G.W. Green „Jak pomagać dziecku w nauce” Warszawa 1997r; D. Stipek K. Seal „Jak nakłonić dziecko do nauki”, Warszawa 2002r.