

**„RODZICE I NAUCZYCIELE Z PRZEDSZKOLA NR 6 W POLKOWICACH  
RADZĄ CO ROBIĆ W KONKRETNYCH PROBLEMACH  
WYCHOWAWCZYCH”**

**Twoje dziecko kłamie? Ma napady złości? Bije inne dzieci?  
Zobacz, co możesz zrobić w takiej sytuacji.**



**Poradnik wychowawczy zawierający standardy postępowania w określonych  
problemach wychowawczych**



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**DOLNY  
ŚLĄSK**

**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Publikacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

# „RODZICE, NAUCZYCIELE Z PRZEDSZKOLA NR 6 W POLKOWICACH RADZĄ CO ROBIĆ W KONKRETNYM PROBLEMACH WYCHOWAWCZYCH”

Poradnik wychowawczy zawierający standardy postępowania w określonych problemach wychowawczych:

- uzależnienie od bajek/komputera,
  - lęk przed ciemnością,
  - niewykonywanie poleceń,
- chęć posiadania/doświadczenia rzeczy, które już minęły,
  - zachowanie problemowe podczas mszy w kościele,
    - krzyk i bicie dorosłych,
    - histeria/napady złości,
      - skarżenie,
  - problem z robieniem kupki,
- nieumiejętność lub niechęć do samodzielnej zabawy,
  - kłamanie,
  - bicie innych dzieci,
  - niechęć do sprzątnięcia,
    - wymuszanie,
- „odwrotne” wykonywanie poleceń.

Broszura została opracowana i wydana w ramach projektu: „Akademia Mądrego Wychowania w PM 6”, realizowanego w okresie czasu 15.09.2012 – 15.01.2013 w Przedszkolu Miejskim nr 6 w Polkowicach.

Publikacja jest dystrybuowana bezpłatnie.



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**DOLNY  
ŚLĄSK**

**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Publikacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Szanowni Rodzice i Nauczyciele,

serdecznie zachęcam do lektury wypracowanej wspólnie przez rodziców i nauczycieli broszury, zawierającej konkretne rozwiązania wybranych problemów wychowawczych.

Nauczyciele z Przedszkola Miejskiego nr 6 w Polkowicach wraz z rodzicami dzieci uczęszczających do tego przedszkola uczestniczyli w projekcie „Akademia Mądrego Wychowania w PM 6”, który obejmował: Trening Kompetencji Wychowawczych (24h dydaktyczne), Indywidualne Konsultacje Psychologiczne (1h), Obserwacje Problemowych Zachowań Dzieci w Przedszkolu oraz Warsztaty Wypracowania Standardów Wychowawczych (4h dydaktyczne).

Na bazie uzyskanej wiedzy i umiejętności wychowawczych uczestnicy projektu wypracowali podczas wspólnych warsztatów różne rozwiązania problemów wychowawczych, z którymi się spotkali. Zidentyfikowali różne przyczyny tych problemów i dopiero na ich podstawie zaproponowali ich rozwiązanie, zgodnie z zasadą – aby znaleźć lekarstwo na dany problem, należy najpierw zbadać jego przyczyny. Ich praca została uzupełniona przez psychologa prowadzącego zajęcia i zebrana w postaci niniejszej broszury.

Aby przedstawione przez rodziców i nauczycieli rozwiązania były zrozumiałe do osób, które nie uczestniczyły w projekcie w broszurze został zamieszczony opis wybranych metod wychowawczych, najczęściej przestawianych jako rozwiązania problemów wychowawczych.

Serdecznie dziękuję rodzicom (mamom i tatusiom) oraz nauczycielkom z Przedszkola nr 6 za zaangażowanie w projekt – za cenne dyskusje przedstawionych na szkoleniu metod wychowawczych, jak również za wiele ciekawych pomysłów w zakresie modyfikacji tych metod. Dziękuję również za wkład włożony w wypracowanie przedstawionych w niniejszej broszurze standardów postępowania w określonych problemach wychowawczych.

Mam nadzieję, iż wypracowane standardy będą stanowić dla rodziców i nauczycieli, szczególnie tych nie biorących udziału w projekcie, wskazówki do rozwiązywania różnych trudności wychowawczych i będą inspirować do zmiany własnego zachowania.

Często jako rodzice i nauczyciele zapominamy o chwaleniu i nagradzaniu dzieci, a prześcigamy się w wymyślaniu kar. Warto pamiętać, że proporcje pochwał i nagród do kar powinny wynosić 70:30. Każde dziecko, gdy nie będzie chwalone, nagradzane za pożądane zachowania, zacznie sprawiać problemy wychowawcze po to, aby pozyskać naszą uwagę. Wszyscy popełniamy błędy wychowawcze i nie wiem jakbyśmy się starali, będziemy je popełniać. Ważne abyśmy byli ich świadomi i wyciągali z nich wnioski na przyszłość.

Życzę Państwu Wychowania z sercem i rozumem – a więc wychowania pełnego miłości i mądrości rodzicielskiej.

Barbara Jaśkiewicz - psycholog prowadzący zajęcia w ramach projektu „Akademia Mądrego Wychowania w PM6”

Polkowice, dnia 03 styczeń 2013r

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: UZALEŻNIENIE OD BAJEK/KOMPUTERA, NADMIERNE OGLĄDANIE BAJEK/KORZYSTANIE Z KOMPUTERA

### PRZYCZYNY ZACHOWANIA:

- brak zainteresowania rodziców,
- chęć posiadania świętego spokoju (rodzice puszczają bajki by móc wykonać obowiązki domowe),
- rodzice nie umieją spędzać czasu z dzieckiem

- nuda (dziecko nudzi się), rodzice nie zorganizowali dziecku czasu wolnego

- przyzwyczajenie dziecka (rodzice pozwalają dziecku oglądać bajki/korzystać z komputera bez limitu i dziecko przyzwyczało się do tego)

- dziecko ma telewizor/komputer we własnym pokoju i ma nieograniczony dostęp do niego

### MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:

- poświęcanie czasu i uwagi dziecku (wspólne zabawy, spacery)
- stosowanie metody „wspólny czas” (spędzanie czasu z dzieckiem na jego zabawach, około 20 minut dziennie)
- włączanie dziecka w obowiązki domowe (gotowanie, sprzątanie), przydzielanie dziecku odpowiedzialnych zadań związanych z obowiązkami domowym - tworzenie listy rzeczy do zrobienia i wskazanie, kto ma być odpowiedzialny za dany obowiązek

- wypełnienie wolnego czasu dziecka interesującymi zajęciami (malowanie, rysowanie, budowanie, sport, zabawy na świeżym powietrzu, basen, etc.), tworzenie harmonogramu dnia
- wspólne przedsięwzięcia z dzieckiem (zabawa z dzieckiem, etc.)
- zapisanie dziecka na zajęcia dodatkowe (związane z zainteresowaniami dziecka)

- ustalenie ile czasu dziennie dziecko może oglądać bajki/korzystać z komputera (ile dziecko ma minut bajek w pakiecie) i konsekwentne trzymanie się ustalonego limitu
- dziecko może otrzymać dodatkową ilość czasu oglądania bajek tylko jako nagrodę, np. w przypadku wypełnienia dodatkowych zobowiązań

- telewizor/komputer w widocznym dla rodziców miejscu
- ograniczenie dostępu do samodzielnego korzystania z telewizora/komputera (np. wprowadzenie hasła)
- kontrola przez rodziców treści bajek/gier, do których dzieci mają dostęp (zdefiniowanie bajek, których dziecko nie może oglądać, gier, w które nie może grać, etc.)

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: DZIECKO BOI SIĘ CIEMNOŚCI (NP. NIE CHCE WEJŚĆ DO CIEMNEGO POMIESZCZENIA, NIE CHCE PRZEBYWAĆ W CIEMNYM POMIESZCZENIU)

### PRZYCZYNY ZACHOWANIA:

- dorosły wzbudza w dziecku strach/lęk przed ciemnością (mówiąc np. „nie idź tam, tam jest ciemno”, „tam jest potwór”, „baba jaga”, etc.)

- dziecko jest zamykane samotnie w ciemnych pomieszczeniach

- kojarzenie ciemności z duchami, strasliwymi stworami (dziecko usłyszało jakąś straszną historię lub dowiedziało się o duchach od innych dzieci)

- dziecko oglądało straszną bajkę (np. z ciemnością i potworami)

### MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:

- nie straszyć dziecka ciemnością
- osvajanie dziecka z ciemnością (towarzyszenie dziecku w ciemności, pokazanie, że przebywanie w ciemności jest czymś normalnym, chwalenie dziecka za przebywanie w ciemności, na początku można stosować małe nagrody by zachęcić dziecko)
- zabawy w ciemności (pokazywanie slajdów, zabawa światłem i cieniem, wyświetlanie filmów z rzutnika)

- zostawianie w pokoju dziecka zapalanej małej lampki (zadbać o to, by w pokoju panował przynajmniej półmrok)
- zostawiać uchylone drzwi, by do pokoju dziecka docierało światło z innych pomieszczeń
- dać dziecku małą latarkę (np. w kształcie misia)
- zastosować w pokoju fluorescencyjne naklejki

- tłumaczenie i powtarzanie dziecku jak zarta płyta, że duchów nie ma
- uczenie dziecka radzenia sobie ze strachem (dziecko samo sobie powtarza, że duchów nie ma)
- towarzyszenie dziecku w sytuacjach strachu/lęku i zapewnianie, że nie ma duchów (np. robienie z dzieckiem testów na obecność ducha)
- chwalenie dziecka za odwagę

- świadomie wybierać bajki, które dziecko może oglądać (bajki powinny być łagodne i dostosowane do wieku dziecka)
- rozmowa z dzieckiem na temat strachu: tłumaczenie dziecku, że to bajka/fikcja

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: NIWYKONYWANIE POLECEŃ

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
<ul style="list-style-type: none"><li>- polecenie jest wydane w nieodpowiednim dla dziecka czasie (np. dziecko ogląda bajkę)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- oczekiwanie z wydaniem polecenia do czasu, w którym dziecko zakończy daną czynność</li><li>- uprzedzenie dziecka o tym, że będzie musiało zakończyć daną czynność (<i>dzieci za 5 minut sprzątamy zabawki</i>)</li><li>- zwrócenie się bezpośrednio do dziecka (nawiązanie kontaktu wzrokowego, przykucnięcie)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko nie słyszy polecenia (rodzic wydaje do dziecka np. polecenia z kuchni – tzw. polecenia kuchenne)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- podejście do dziecka (można wprowadzić w domu zasadę – gdy coś od kogoś chcemy podchodzimy do niego)</li><li>- zwrócenie się bezpośrednio do dziecka (nawiązanie kontaktu wzrokowego, przykucnięcie)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- polecenie wydane przez rodzica jest nieprecyzyjne (dziecko nie wie co ma zrobić, np. ogarnij swój pokój) lub poleceń jest za dużo (rodzic prowadzi monolog – zrób to..., zrób tamto)</li><li>- polecenie jest za trudne do wykonania (przerasta możliwości dziecka, np. samodzielne ubranie się przez 2 -latka), dziecko traci wiarę w siebie i zniechęca się</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- polecenia powinny być krótkie i jasne (jesteśmy w stanie zapamiętać 7+/- 2 informacje), wydane pojedynczo</li><li>- wydawanie jednego polecenia w jednym czasie (wykonanie jednego polecenia, potem drugiego – szczególnie w przypadku młodszych dzieci)</li><li>- dostosowywanie poleceń rodziców do możliwości dziecka</li><li>- rozbijanie złożonych czynności na krótkie i jasne polecenia (szczególnie, gdy dziecko nabywa jakieś umiejętności – np. zamiast mówić ubierz się, mówimy po kolei: załóż buty, załóż czapkę, etc.)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko nauczyło się, że może nie wykonywać polecenia, nie ponosi wtedy żadnych konsekwencji, a wręcz może mieć z tego korzyści – np. rodzic je wyręcza, rodzic wykonuje za dziecko jakiś obowiązek</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- konsekwentne egzekwowanie wykonania polecenia - rodzic wydaje jasne i krótkie polecenie określając co dziecko ma zrobić i czeka przy dziecku 5 sekund (sprawdza czy dziecko wykonuje polecenie), gdy dziecko wykonuje polecenie chwali dziecko, gdy nie wykonuje, powtarza polecenie i czeka kolejne 5 sekund. Gdy dziecko nie wykonuje polecenia ponosi konsekwencję negatywną (zabranie coś z pakietu przywilejów), rodzic jest przy tym cały czas spokojny i opanowany</li><li>- chwalenie za wykonywanie poleceń, zachowanie pożądane można wzmocnić stosując np. kartę punktową (dziecko za każde usłyszane za pierwszym razem i wykonane polecenie otrzymuje np. 1 pkt, potem może wymieniać punkty na nagrody).</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko chce postawić na swoim (próba sił: kto wygra: czy dziecko czy dorosły), dziecko celowo przedłuża wykonanie polecenia w czasie by postawić na swoim, wymyśla kolejne wymówki</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- logiczna i krótka argumentacja, nie wdawanie się w zbędne dyskusje z dzieckiem</li><li>- wydawanie jasnych i krótkich poleceń i egzekwowanie ich wykonania (patrz powyżej)</li></ul>

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: DZIECKO CHCE COŚ CO JUŻ MINĘŁO/ COŚ CO NIE JEST MOŻLIWE

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko nauczyło się, że ma wszystko co chce (rodzic spełnia wszystkie życzenia dziecka, także te, które nie są możliwe do spełnienia, np. dziecku uciekł balon nadmuchany helem, rodzice mówią, że balon wróci, kupują drugi taki sam balon i dają dziecku mówiąc, że to ten zgubiony do dziecka przyleciał)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- rodzice nie wykonują rzeczy niemożliwych (nie stwarzają u dziecka poczucia, że wszystko mogą, jakby mieli „czarodziejską różdżkę”)</li><li>- tłumaczenie dziecku, iż pewne rzeczy są niemożliwe do przywrócenia (dziecko uczy się wtedy ponosić konsekwencje swoich działań/swoich decyzji)</li><li>- w przypadku gdy dziecko nie ustępuje, rodzic powtarza to samo jak zdarta płyta („nie jest to możliwe by złapać balon, balon odleciał”), gdy pojawia się histeria – ignorujemy ją</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko chce zwrócić na siebie uwagę</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- poświęcać więcej czasu dziecku</li><li>- metoda „czas zabawy”</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko chce ustalać granice, sprawdza na ile pozwolą mu rodzice</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- ustalanie granic i zasad i konsekwentne trzymanie się ich</li></ul>

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE PODCZAS MSZY W KOŚCIELE (np. bieganie, krzyczenie w kościele)

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko nie wie jak powinno się zachowywać w kościele</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- edukacja dziecka – wytłumaczenie dziecku dokładnie, jak należy zachowywać się w kościele i jakie zachowania są niepożądane</li><li>- przypominać zasady przed wyjściem do kościoła</li><li>- ustalić szczególnie na początku treningu dziecka nagrody za pożądane zachowanie (np. dziecko zbiera punkty/metoda karty punktowej, pójście na lody) i konsekwencji za niepożądane zachowanie (ale konsekwencją nie może być wyjście z kościoła - byłaby to wtedy nagroda dla dziecka)</li><li>- chwalenie dziecka za przestrzeganie zasad</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- msza trwa za długo (dziecko nie jest w stanie w danym wieku rozwojowym wytrwać w bezruchu)</li><li>- dziecko nie rozumie mszy</li><li>- dziecko nudzi się</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- chodzenie na msze przeznaczone dla dzieci (msze są krótsze, są bardziej interaktywne, dostosowane do wieku dzieci, przez to bardziej atrakcyjne dla dzieci)</li><li>- w przypadku, gdy nie ma mszy dla dzieci: wybieranie kościołów, w których msze są krótsze lub kościołów, w których można podczas mszy przebywać na świeżym powietrzu (możliwość ruchu dla dziecka)</li><li>- stopniowe przyzwyczajanie dziecka do dłuższego czasu pobytu na mszy (np. najpierw dziecko jest 20 minut, potem za każdym razem o 10 minut dłużej)</li><li>- zadbanie o to by dziecko podczas mszy mogło czymś się zająć (kolorowanie, oglądanie np. biblii obrazkowej), szczególnie dotyczy to młodszych dzieci, które nie rozumieją co się na mszy dzieje</li><li>- wzmacnianie pożądanego zachowania poprzez chwalenie i małe nagrody</li></ul>

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: DZIECKO KRZYCZY I BIJE DOROŚLYCH (np. rodziców, panie w przedszkolu)

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko naśladuje dorosłych, którzy dają zły przykład (rodzice krzyczą, biją dzieci)</li><li>- dziecko nie ma zasad/reguł (nie wie, że bicie jest złym zachowaniem)</li><li>- dziecko bije (np. panie w przedszkolu) w sytuacji, gdy musi podporządkować się panującym regułom i zasadom (dziecko nie boi się żadnych kar, w domu jest bite, więc na dziecko nie działają inne kary niż bicie, ponieważ dziecko wie, że panie z przedszkola go nie uderzą, pozwala sobie na wszystko – kopanie, gryzienie, bicie)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- natychmiastowa reakcja i zastosowanie kary za bicie (logiczne konsekwencje, zabranie dziecku czegoś z pakietu przywilejów), kara powinna być adekwatna do przewinienia (wyłączenie z zabawy, siedzenie na ławce obok pani podczas gdy inne dzieci bawią się swobodnie na placu zabaw)</li><li>- dawanie poprawnych wzorców (nie krzyczenie, nie bicie dzieci)</li><li>- edukacja dzieci (określenie zasad, tłumaczenie, że bicie jest złym zachowaniem, etc.)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- zmiana statusu materialnego, pogorszenie sytuacji finansowej (dziecko ma mniej atrakcji, zabawek)</li><li>- stres w rodzinie (zmiana pracy rodziców, przedszkola, otoczenia)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- wytłumaczenie zaistniałej sytuacji (rozmowa z dzieckiem), jeżeli to możliwe - przygotowanie dziecka do nowej sytuacji</li><li>- ustalenie zasad i konsekwentne trzymanie się ich (np. jedna atrakcja w tygodniu)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- wyładowanie złości (np. po weekendzie spędzonym u taty, po kłótni z rodzeństwem, po pobycie w domu, w którym dziecko było bite przez starsze rodzeństwo)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- rozmowa z ojcem dzieci i ustalenie wspólnych zasad</li><li>- zrozumienie zachowania dziecka, ale jednocześnie wyrażenie swojego sprzeciwu wobec sposobu, w jaki dziecko wyraża swoją złość</li><li>- uczenie dziecka innych (akceptowalnych) sposobów wyrażania złości (np. mówienie o swoich uczuciach), rozmowa z dzieckiem na temat wizyty u taty (ujście negatywnych emocji)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- brak uwagi ze strony rodziców, brak zainteresowania (dziecko krzyczy „tu jestem”)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- spędzanie czasu z dzieckiem i zapewnienie mu uwagi</li><li>- zauważanie, docenianie i chwalenie dziecka, zapewnienie fundamentu „miłość”</li></ul>

- dziecko sprzeciwia się wykonaniu nowych czynności (np. po czasie zabawy powróć do nauki, mycie zębów), chce postawić na swoim	- ustalenie reguł i zasad - wcześniejsze informowanie dzieci o zmierzonych zajęciach/zmianach - uprzedzanie dzieci o końcu przyjemnych czynności i rozpoczęciu nowych czynności (za 5 minut kończymy zabawę)
---	--

- dziecko doznało krzywdy (porzucenie przez rodzica, rozwód rodziców), doświadczyło trudnych sytuacji (napad) i wyraża nieświadomie w ten sposób swoją złość	- konsultacje u specjalisty (psycholog, psychiatra dziecięco-młodzieżowy), psychoterapia dziecka - budowanie pozytywnej relacji z dzieckiem, pozytywne wzmocnienie dziecka i zapewnienie poczucia bezpieczeństwa dziecku - rozmowa z dzieckiem (tłumaczenie, że nie można odwrócić pewnych wydarzeń), danie upustu negatywnym emocjom (rozmowa o uczuciach dziecka np. w trakcie zabawy)
--	--

- dziecko wymusza np. kupno zabawki	- przed wejściem do sklepu omówienie z dzieckiem zasad i konsekwencji w przypadku nieprzestrzegania ich - w sytuacji agresji skierowanej do rodzica reakcja natychmiastowa i zgodna z wcześniej ustalonymi zasadami
-------------------------------------	--

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: HISTERIA/NAPADY ZŁOŚCI

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
-----------------------	----------------------

- dziecko chce zwrócić na siebie uwagę	- poświęcanie więcej czasu dziecku i dawanie mu więcej uwagi (docenianie, zauważanie, chwalenie dziecka) - stosowanie metody „wspólnego czasu” (poświęcanie dziennie około 20 minut dziennie na zabawę z dzieckiem)
--	--

- dziecko chce poprzez swoją histerię coś uzyskać	- ignorowanie hysterii, a w przypadku jej nasilenia konsekwentne stosowanie metody spokojnego krzesła („karny język”) lub izolacji - w przypadku uspokojenia dziecko i tak nie otrzymuje tego co chciało
---	---

- dziecko nie ma wyznaczonych granic i ciężko jest mu zaakceptować, że coś jest nie po jego myśli (dziecko chce rządzić, postawić na swoim)	- określenie jasnych granic (co dziecku wolno, czego nie wolno) - ignorowanie hysterii, a w przypadku jej nasilenia konsekwentne stosowanie metody spokojnego krzesła („karny język”) lub izolacji
---	---

- dziecko nie radzi sobie ze swoimi emocjami - w ten sposób pokazuje swoją złość (szczególnie częste w przypadku temperamentu choleryka) - dziecko rozładowuje napięcia emocjonalne	- pozwolić dziecku na ujście emocji, ale w taki sposób by to zachowanie nie przeszkadzało innym (czyli np. izolacja dziecka w jego pokoju, ustalenie czasu, w którym dziecko ma się uspokoić) - uczyć dziecka bardziej łagodnego sposobu wyrażania swoich emocji (mówienie o swoich emocjach, nazywanie emocji), chwalić za postępy - zrozumienie zachowania dziecka przez rodzica - wpływ czynników temperamentalnych - zapewnienie alternatywnych sposobów rozładowywania napięć, np. poprzez zajęcia ruchowe
--	--

- niezaspokojone potrzeby fizjologiczne dziecka (dziecko głodne, niewyspane, zmęczone, choroba dziecka)	- zaspokojenie potrzeb dziecka, zadbanie o regularny rytm dnia - tłumaczenie dziecku, żeby mówiło co się z nim dzieje, czego chce (np. że chce mu się pić) - zrozumienie zachowań dziecka przez rodzica w przypadku choroby (zdrowy rozsądek)
---	---

- stres (nowa sytuacja dla dziecka)/dziecko czegoś się boi	- przygotowywanie dziecka do nowej sytuacji (tłumaczenie co się będzie działo) - przekierowanie uwagi na nowość sytuacji, po to aby wzbudzić w dziecku ciekawość (np. podczas pobytu w szpitalu zainteresować sprzętem medycznym, etc.) - emocjonalne towarzyszenie dziecku w trudnej sytuacji (współodczuwanie, zrozumienie emocji dziecka, mówienie o tych emocjach).
--	---

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: SKARŻENIE

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
- dziecko chce zwrócić na siebie uwagę	- ignorowanie skarżenia - przyjmowanie do wiadomości tego co mówi dziecko, ale nic nie robienie dalej z treścią skargi (dziecko uczy się wtedy, że skażenie nic mu nie daje – nie ma reakcji dorosłego) - zapewnianie uwagi tak, aby dziecko nie musiało uciekać się do skarżenia by zwrócić na siebie uwagę (poświęcanie czasu dziecku, „wyłapywanie” pozytywnych sytuacji i chwalenie dziecka)
- dziecko chce poprzez skarżenie coś osiągnąć (np. mama ma za dziecko coś „załatwić” lub ma dziecku coś dać)	- edukacja dzieci na temat skarżenia (że jest to zachowanie niepożądane), np. poprzez wiersze, bajki, opowiadania - określić zasady z dzieckiem dotyczące skarżenia (w jakich sytuacjach dziecko może zwrócić się do dorosłego, np. gdy inne dziecko je bije lub mu dokucza) - nie wyręczać dziecka, nie „załatwiać” spraw za dziecko (przyjmować do wiadomości skargę, ale nie wyręczać dziecka, zachęcać do tego, by dziecko samo załatwiło sprawę, np. samo o coś poprosiło lub by zwróciło bezpośrednio uwagę dziecku, na które skarży)
- dziecko chce pokazać, że jest lepsze od innego dziecka	- wskazać na panujące zasady dotyczące skarżenia (skarżymy tylko w takiej i takiej sytuacji...) - edukacja dzieci (wytłumaczyć dzieciom, iż każdy ma swoje zalety i wady) - podkreślać mocną stronę dziecka, którego dotyczy skarga („ <i>Zobacz, Kubuś jest w czymś innym lepszy, np. w ...</i> ”) - chwalić i doceniać dzieci jednakowo
- dziecku sprawia satysfakcję to, że inne dziecko zostanie ukarane	- ignorowanie skarżenia (przyjmowanie do wiadomości i nic nie robienie z treścią skargi, nie karanie dziecka, którego skarga dotyczy) - reagowanie tylko w przypadku skarg związanych z agresją dzieci (np. dziecko skarży, że inne je zbiło), sprawdzić faktycznie czy taki fakt miał miejsce, czy np. inne dzieci widziały dane zdarzenie)

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: DZIECKO NIE CHCE ROBIĆ KUPKI

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
- istnieją medyczne problemy związane z wypróżnianiem dziecka	- konsultacje u specjalisty - leczenie farmakologiczne/operacyjne
- dziecko przestraszyło się grającego nocnika (w momencie gdy dziecko zrobiło kupkę nocnik zaczął grać)	- wyciągnięcie baterii z grającego nocnika - dawanie dziecku małych nagród za siedzenie na nocniku - sadzanie dziecka bezpośrednio na toalecie i używanie nakładki
- dziecko boi się toalety (np. boi się, że wpadnie do muszli klozetowej)	- stosowane nakładki na toaletę i stopnia do samodzielnego wchodzenia i schodzenia z toalety - pokazanie dziecku jak załatwia się na toalecie mama, pokazanie, że nie mamie się nie dzieje - uatrakcyjnienie pobytu dziecka w toalecie (powieszenie obrazka, przebywanie z dzieckiem w toalecie, zagadki, krótka gra, np. kalambury) - stosowanie małych nagród za pobyt w toalecie
- dziecko boi się lub wstydzi się, bo zostało napiętnowane/skrzyżane przez dorosłego (dziecku zdarzyło się zrobić kupkę do majtek i dorośli zareagowali na to: „ <i>coś ty zrobiła...</i> ”, dziecko przestraszyło się, że kupa wypadła nogawką na ziemię)	- w sytuacji, gdy dziecku zdarzy się zrobić kupkę do majtek zareagować neutralnie (nie robić z tego afery, nie zawstydzać dziecka, nie wypominać tego dziecku), przejść do porządku dziennego – pomóc dziecku w przebraniu się, tłumaczyć, że nic się nie stało („ <i>nic się nie stało</i> ”, „ <i>każdemu może się zdarzyć</i> ”) - stosowanie małych nagród lub karty punktowej by przełamać strach/lęk dziecka
- zaburzenia emocjonalne, trauma, stres w rodzinie	- konsultacje u specjalisty (psycholog, psychoterapeuta, psychiatra dziecięco-młodzieżowy), leczenie psychoterapeutyczne



- dziecko brzydzi się kupy i z tego powodu nie chce jej robić (dorośli mówią, że kupa śmierdzi, źle reagują na widok kupy)

- edukacja dziecka w zakresie procesów trawienia i wydalania - uświadomienie dziecka, że każdy robi kupkę i że jest to normalny proces fizjologiczny (w przypadku starszych dzieci można pokazać odcinek serii „Było sobie życie”)  
- zwracanie uwagi w jaki sposób mówimy o kupce (uważanie na negatywne sformułowania)  
- pokazanie, iż kupka jest czymś normalnym (pójście do laboratorium i badanie kupki)

- lęk przed bólem (dziecko miało problem z oddawaniem stolca, kupka była duża i przy robieniu kupy dziecko doznało bólu, od tej pory boi się robić kupkę)

- stosowanie odpowiedniej diety i środków farmakologicznych sprawiających, że stolec będzie luźny (np. czopki glicerynowe)  
- zapewnienie dziecka, że nie będzie boleć (np. poprzez smarowanie odbytu „cudownym” kremem)  
- wzbudzenie motywacji pozytywnej poprzez nagrody lub punkty (karta punktowa), nagrody muszą być na tyle atrakcyjne, by dziecko było w stanie przewyciężyć swój lęk, zmniejszanie częstości nagród, gdy pojawi się regularne oddawanie stolca.  
- stosowanie motywacji negatywnej w przypadku gdy pozytywna nie działa (wskazanie na konsekwencje – konieczność wizyt u lekarza/ w szpitalu, można pokazać dziecku fragment filmu związanego z następstwami braku wypróżnienia się-operacja)

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: DZIECKO NIE JEST W STANIE LUB NIE CHCE SAMODZIELNIE BAWIĆ SIĘ W DOMU

### PRZYCZYNY ZACHOWANIA:

### MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:

- rodzice poświęcają mało czasu dziecku, dziecko domaga się kontaktu, bliskości i chce spędzić czas z rodzicami (np. dziecko poszło do przedszkola i mniej czasu spędza teraz z rodzicami)  
- dziecko zbyt długi czas bawi się samodzielnie i potrzebuje w końcu uwagi rodzica

- poświęcenie czasu i uwagi dziecku, wspólne zabawy  
- stosowanie metody „czas zabawy” (spędzanie z dzieckiem dziennie około 20 minut na zabawie z dzieckiem)  
- realne wyznaczenie czasu na samodzielną zabawę (dla dziecka w wieku 3- 5 lat około 20-30 minut), nie oczekiwanie, że dziecko będzie w stanie 1h bawić się samodzielnie

- dziecko nie ma nawyku samodzielnej zabawy, bo rodzice cały czas bawili się z dzieckiem  
- dziecko przybywa zbyt dużo czasu z dorosłymi

- organizować zabawy z rówieśnikami (zaproszenie kolegów, chodzenie na place zabaw, do parku, etc.),  
- zachęcać dziecko do samodzielnej zabawy (umówienie się na zasadę: *tylę czasu (klepsydra) bawię się z tobą, potem tylę samo czasu ty bawisz się samodzielnie*), chwalić za samodzielną zabawę

- dziecko nie potrafi sobie zorganizować czasu (brak pomysłu na zabawę)

- pomoc w wybraniu zabawy (wyliczenie możliwych zabaw), zaproponowanie zabawy, przygotowanie zabawek, przyborów np. do malowania, wycinania

- nieodpowiedni czas na samodzielną zabawę : rodzice robią coś ciekawszego, dlatego dziecko nie chce bawić się samodzielnie, dziecko jest głodne, zmęczone, rozprasza je inne bodźce – TV, komputer

- dostosować porę samodzielnej zabawy do sytuacji i kondycji dziecka  
- zaspokoić w pierwszej kolejności potrzeby fizjologiczne dziecka (dziecko najedzone, etc.)  
- zadbać o to, aby inne bodźce takie jak komputer, telewizor nie rozpraszały dziecka

- dziecko boi się zostać samo w swoim pokoju

- umożliwienie samodzielnej zabawy w pomieszczeniu, w którym są inni domownicy

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: KŁAMANIE

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko chce zwrócić na siebie uwagę rodziców lub rówieśników (brak zainteresowania ze strony rodziców/otoczenia – dziecko świadomie wymyśla różne historie)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- zapewnianie uwagi tak, aby dziecko nie musiało uciekać się do kłamania by zwrócić na siebie uwagę (poświęcanie więcej czasu dziecku, interesowanie się tym co dziecko robi, wspólne gry i zabawy, „metoda czas zabawy” – dzienne spędzanie z dzieckiem około 20 minut na zabawach)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko nauczyło się kłamstwa od rówieśników, rodziców i widzi, że z kłamstwa są korzyści</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- dawanie dobrego przykładu (zobacz mama nie kłamie)</li><li>- edukacja dziecka, wytłumaczenie dlaczego kłamstwo jest złe, wytłumaczyć, że nie akceptujemy takiego zachowania i jakie konsekwencje ma kłamanie (<i>tracimy zaufanie, jesteśmy źli na tę osobę</i>)</li><li>- wytłumaczyć przed faktem kłamstwa, jakie konsekwencje będą za kłamanie (np. zakaz oglądania bajek)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- fantazjowanie dziecka</li><li>- dziecko nie kłamie świadomie, ma problem z odróżnieniem rzeczywistości od fikcji (tego co się wydarzyło w bajkach, we śnie, w programie telewizyjnym) - normalne w wieku przedszkolnym</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- sprawdzić, czy dziecko świadomie kłamie, czy fantazjuje</li><li>- pokazywać dziecku, że to wymysł jego wyobraźni (pomóc w tym by dziecko odróżniło fikcję od rzeczywistości), można stosować testy rzeczywistości („w takim razie zamień się w metal”)</li><li>- tłumaczyć, że pewne rzeczy są możliwe tylko w bajkach (stosować „zdartą płytę”)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko chce poprzez kłamstwo uzyskać korzyści (np. skłamało, że mama pozwoliła oglądać telewizję)</li><li>- dziecko nic nie ma z mówienia prawdy, a może być nawet karane (dziecko jest surowo lub niesprawiedliwie potraktowane)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko nie otrzymuje korzyści, które chciało poprzez kłamstwo uzyskać</li><li>- dziecko dostaje karę za kłamstwo (tłumaczenie dziecku, że kara jest za kłamstwo, tłumaczenie że lepsza jest bolesna prawda niż kłamstwo)</li><li>- dziecko jest chwalone za mówienie prawdy (stwarzać okazję do tego, by dziecko mówiło prawdę), można też na początku wzmacniać mówienie prawdy poprzez stosowanie karty punktowej lub małych nagród</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko chce poprzez kłamstwo uniknąć kary, kiedy zrobiło coś zakazanego (dziecko rozbiło celowe wazon i kłamie, że np. wazon rozbił jego brat, a nie ono)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko w pierwszej kolejności dostaje karę za kłamstwo (tłumaczenie dziecku, że kara jest za kłamstwo, tłumaczenie, że lepsza jest bolesna prawda niż kłamstwo), np. zakaz bajek przez 2 dni, a potem karę za popełniony czyn czynu, np. dziecko musi zapłacić z własnego kieszonekowego za celowe rozbicie wazonu</li><li>- dziecko jest chwalone za mówienie prawdy, można też na początku wzmacniać mówienie prawdy poprzez stosowanie karty punktowej lub małych nagród</li><li>- gdy dziecko mówi prawdę można darować dane przewinienie</li></ul>

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: BICIE INNYCH DZIECI

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
<ul style="list-style-type: none"><li>- dziecko chce zwrócić na siebie uwagę (szczególnie wtedy gdy dziecko nie jest karane za swoje zachowanie, uwaga, którą dostaje jest dużą korzyścią)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- poświęcanie czasu i uwagi dziecku, by nie musiało uciekać się do negatywnych zachowań</li><li>- docenianie za zgodną zabawę z innymi, chwalenie dziecka</li><li>- zauważanie i podkreślanie mocnych stron dziecka</li><li>- nie wysuwanie pochopnych wniosków na temat „winnego”</li><li>- natychmiastowe konsekwencje w przypadku bicia innych dzieci</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>- chęć rozładowania energii/agresji</li><li>- satysfakcja z bicia (chęć pokazania, że jestem lepszy, silniejszy)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- natychmiastowa reakcja w sytuacji agresji - zastosowanie kary adekwatnej do przewinienia (za bicie zawsze powinna być kara)</li><li>- edukacja dziecka (tłumaczenie, że bicie jest złym zachowaniem, że jest bolesne, że robi się krzywdę drugiej osobie)</li><li>- szukać innych sposobów rozładowania energii (sport, aktywny trening, zabawa na świeżym powietrzu)</li><li>- w przypadku gdy kary nie działają, znaczy to, że są za słabe, że satysfakcja z bicia jest ważniejszą/mocniejszą nagrodą niż wymierzona kara</li></ul>

- złe wzorce (inne osoby, bajki, gry komputerowe)
- brak zasad, reguł
- przyzwolenie dorosłych (brak reakcji, brak konsekwencji)
- dziecko chce coś osiągnąć (np. zabrać zabawkę innemu dziecku)

- natychmiastowa reakcja w sytuacji agresji - zastosowanie kary adekwatnej do przewinienia (za bicie zawsze powinna być kara), np. dziecko nie może się bawić przez 20 minut, metoda spokojnego krzesła lub izolacji, zabranie czegoś z pakietu przywilejów
- uczenie dziecka właściwych wzorów zachowania (dorośli nie biją dzieci - statystyka pokazuje, że bite dzieci często biją inne dzieci), kontrolowanie treści bajek i gier (eliminacja treści agresywnych)
- ustalenie zasad i reguł, wytłumaczenie dzieciom konsekwencji nieprzestrzegania zasad/reguł (zgodna zabawa, rodzice nie biją dzieci, dzieci nie biją siebie), przypomnianie tych zasad przed każdą sytuacją, w której mogą wystąpić zachowania agresywne
- dziecko nie osiąga swojego celu, wręcz jest karane
- chwalenie za pożądane zachowanie (kontakt bez bicia), wprowadzenie małych nagród (można zastosować kartę punktową, np. za dzień bez bicia dziecko otrzymuje 2 pkt, jeżeli raz uderzy dostaje 1 pkt, gdy więcej nie otrzymuje żadnego punktu)

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: DZIECKO NIE CHCE SPRZĄTAĆ

### PRZYCZYNY ZACHOWANIA:

- dziecko ma za dużo zabawek do posprzątania,
- rodzic wydaje zbyt ogólne polecenia i dziecko nie wie od czego ma w ogólne zacząć

- dziecko nauczyło się, że nie musi sprzątać, bo i tak rodzic posprząta za dziecko
- dziecko sprząta, ale rodzic jest niezadowolony (dziecko zamiast pochwały otrzymuje krytykę i zniechęca się do sprzątania)

- dziecko nie słyszy polecenia lub polecenie wydane jest w nieodpowiednim czasie (dziecko się rozbiło)

### MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:

- ograniczyć ilość zabawek, którymi dziecko bawi się jednocześnie (część zabawek schować i wymieniać dziecku, oddać do OPS, oddać do Domu Dziecka)
- wprowadzenie zasady: po każdej zabawie sprzątam zabawki, przed wyciągnięciem nowych zabawek, chowamy wcześniejsze zabawki
- wydawać precyzyjne polecenia i wydawać je po kolei - jedno po drugim (najpierw pochowaj klocki do pudełek, gdy dziecko wykonało polecenie wydajemy następane), w ten sposób zostaje ustalona kolejność sprzątania

- ustalić zasadę dotyczącą sprzątania (po każdej zabawie sprzątam zabawki; o godz. 18.00 sprzątam zabawki)
- wydać precyzyjne polecenie dotyczące sprzątania i egzekwować jego wykonanie (rodzic stoi przy dziecku 5 sekund i sprawdza czy dziecko zaczyna wykonywać polecenie), wyznaczyć czas na sprzątanie (np. 15 minut i nastawić budzik) i kontrolować efekt
- wzmacniać pożądane zachowanie – chwalenie, stosowanie nagród – np. wspólnie spędzony czas, zabawa, punkt (metoda karty punktowej)
- w przypadku gdy nagrody nie działają ograniczyć przywileje dziecka (konsekwencje niewykonania polecenia)
- nie poprawiać dziecka („precz z pedanterią”), bo wtedy dziecko ma wrażenie, że bardzo się starało, a jego wysiłki i tak nie zostały docenione.

- przygotować dziecko do zakończenia zabawy (za 5 minut będziesz sprzątał zabawki)
- zabawa w sprzątanie by zachęcić dziecko (np. zabawa w perfekcyjną panią domu, zakup ciekawych akcesoriów do sprzątania)

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: WYMUSZANIE ZAMIAST PROSZENIA

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
- dziecko chce zwrócić na siebie uwagę	- ignorowanie zachowania - poświęcanie więcej czasu i uwagi dziecku (docenianie, chwalenie dziecka), tak aby nie musiało domagać się tej uwagi poprzez zachowania problemowe
- dziecko chce osiągnąć swój cel - dziecko nauczyło się, że takie zachowanie przynosi efekt (dostaje to czego chciało)	- edukacja dziecka: wytłumaczenie, że poprzez wymuszanie dziecko nic nie osiągnie, wytłumaczenie, że rodzic nie będzie reagował na wymuszanie - wprowadzić zasadę dotyczącą pożądanego sposobu, w jaki dziecko ma o coś prosić (dokładne wytłumaczenie dziecku w jaki sposób ma prosić) - konsekwencja rodzica – w przypadku gdy dziecko wymusza, jego prośba pozostaje niespełniona, rodzic tłumaczy dlaczego zostanie nie spełniona (ze względu na wymuszanie), w przypadku nasilenia się wymuszania lub hysterii – ignorowanie, spokojne krzesło, metoda izolacji. - wzmacnianie pozytywnych zachowań poprzez stosowanie np. metody karty punktowej (jeżeli dziecko normalnie prosi, otrzymuje wtedy punkt/nagrodę)
- dziecko wykorzystuje obecność osób trzecich do osiągnięcia swoich celów (np. wyjście do sklepu, wizyta gości)	- ustalenie zasad przed daną sytuacją, czyli np. wyjściem do sklepu - gdy dziecko przestrzega zasad jest chwalone i na początku może otrzymać małą nagrodę (np. słodycz w sklepie), jeżeli nie przestrzega zasad, bo wymusza, stosuje się konsekwencje negatywne (np. wyjście ze sklepu – pod warunkiem, że wyjście w danej sytuacji ze sklepu będzie faktycznie karą, a nie nagrodą dla dziecka)

## ZACHOWANIE PROBLEMOWE: DZIECKO WYKONUJE „ODWROTNIE” POLECENIA RODZICÓW (robi na przekór, nie chce np. założyć butów idąc na zewnątrz)

PRZYCZYNY ZACHOWANIA:	MOŻLIWE ROZWIĄZANIA:
- dziecko chce zwrócić na siebie uwagę rodzica (dziecko robi to celowo, ma problemy emocjonalne, woła o „pomoc”)	- poświęcać czas i uwagę dziecku - zauważać, doceniać i chwalić dziecko - rozmawiać z dzieckiem
- dziecko chce samo o sobie decydować - rodzice nie dają dziecku wyboru (dziecko w ten sposób manifestuje swój bunt przeciwko surowym zasadom i braku wpływu na cokolwiek)	- dawać dziecku wybór, możliwość podejmowania decyzji, w sytuacjach, w których może te decyzje podejmować (ubiór, sposób i miejsce zabawy) - szukać kompromisu, pytać dziecko o zdanie („to ty zaproponuj”) i wspólnie ustalać rozwiązania - rozmawiać z dzieckiem przedstawiając argumenty i korzyści z danego działania (np. gdy dziecko nie chce się ciepło ubrać) - zachęcać poprzez pochwały, nagrody, kartę punktową - ustalić zasady i granice ( <i>gdy ja cię o coś proszę, chce być to wykonana, gdy ty mnie o coś prosisz, gdy tylko mogę, też to wykonam</i> ) – można pokazać dziecku swoim odwrotnym zachowaniem co dziecko robi i jak to działa na nas jako dorosłych (dziecko prosi o coś, my robimy coś odwrotnego)
- dziecko ma 2 lata	- normalne zachowanie w tym wieku - „mądre” wydawanie poleceń odwrotnych (wiem, iż dziecko zrobi dokładnie odwrotnie, więc odwrotnie wydaję polecenie)

## METODY WYCHOWAWCZE

### TECHNIKA „CZAS ZABAWY Z DZIECKIEM” (bez ograniczeń wiekowych)

Technika czasu zabawy polega na ustaleniu krótkich i realnych odcinków czasu w ciągu dnia (około 15-20 minut raz lub dwa razy dziennie), które możemy poświęcić jednemu dziecku. Czas ten powinien należeć wyłącznie dla dziecka: rodzic nie patrzy wtedy kątem oka w telewizor, nie gotuje obiadu, nie rozmawia przez telefon, etc. Podczas zabawy jesteśmy tylko z dzieckiem, otwarci na jego pomysły i propozycje. W tej technice pozwalamy, by dziecko przejęło kontrolę nad zabawą – to ono jest szefem, ono wyznacza sposób i formę zabawy. Zadaniem dorosłego jest przede wszystkim towarzyszenie mu i poświęcanie mu uwagi, na przykład poprzez zauważanie pozytywnych oraz chwalenie. W czasie zabawy należy unikać wszystkiego, co może kojarzyć się dziecku z wykonywaniem obowiązków: uczenia, poprawiania, udzielania wskazówek, wydawania poleceń, jak zrobić coś lepiej oraz błędów w postaci krytykowania, zawstydzania, ośmieszania. Jeżeli w czasie zabawy pojawi się niepożądane zachowanie i nie jest ono bardzo problemowe (nie grozi szkodą ani krzywdą) - starajmy się je ignorować. Przykładem takiego niezbyt trudnego niewłaściwego zachowania może być nagły płacz dziecka, jęczenie, niegrzeczne odpowiadanie - marudzenie. Ignorowanie polega na milczeniu, zachowaniu obojętności, a więc niedawaniu żadnych sygnałów mimiką i podstawą ciała. Staramy zachować pokerową twarz - bez uśmiechu, krzywienia się, patrzenia na dziecko - dopóki nie zacznie się ono zachowywać właściwie. W momencie, kiedy pojawi się zachowanie właściwe, należy przerwać ignorowanie natychmiast i pochwalić za to dziecko. Jeśli zachowanie ulega natężeniu, staje się bardzo trudne i niebezpieczne, można krótko przypomnieć zasadę („Nie możemy się bawić, póki rzucaś klockami”) i przerwać zabawę (wyciągnięcie konsekwencji), jeśli dziecko natychmiast nie skoryguje swojego zachowania. Czasami może zdarzyć się tak, że dziecko zacznie zachowywać się w sposób, którego całkowicie nie akceptujemy: niszczy zabawki, depta je, uderza siebie albo rodzica. Takiego zachowania nie wolno zignorować. W takiej sytuacji należy natychmiast przerwać zabawę i przywołać zasadę z konsekwencją („Nie możemy dalej się bawić, bo deptasz zabawki i je niszczysz”). Po to aby dziecko wiedziało, że są to zachowania, na jakie całkowicie nie dajecie przyzwolenia, zakończenie zabawy powinno być natychmiastowe. Zapewnienia dziecka, że to się nie powtórzy i przeprosiny nie są w stanie przywrócić wspólnej zabawy („Czas zabawy na dziś już się skończył. Jutro też się pobawimy. Mam nadzieję, że będziemy mogli lepiej wykorzystać nasz czas niż dziś”).

**Zastosowanie:** poświęcenie czasu i uwagi dziecku, budowanie relacji z dzieckiem, kształtowanie w dziecku przekonania, że jest ważne.

### METODA KARTY PUNKTOWEJ (WIEK 2-12 LAT)

Jest to metoda często zwana jako systemy żetonowe. Polega ona na zbieraniu przez dziecka punktów za określone (jedno) zachowanie. Dziecko w ciągu dnia może zdobywać określoną liczbę punktów i wymieniać je na nagrody. Ważne jest ustalenie, ile razy dziennie dane zachowanie może być punktowane – aby dziecko nie myło na przykład zębów co pięć minut. Rozpoczynając pracę z metodą karty punktowej należy przygotować tabelkę na poszczególne dni oraz sposób oznaczania zdobytych punktów (bużki, gwiazdki). Należy wytłumaczyć dziecku sposób działania tej metody (za jakie konkretne zachowania będzie dostawał punkty) oraz ustalić (najlepiej wspólnie z dzieckiem) nagrody za określoną liczbę punktów.

#### ZASADY STOSOWANIA METODY KARTY PUNKTOWEJ:

- Stosowanie nie dłużej niż kilka tygodni
- Karta jest widoczna dla dziecka i rodzica (dziecko widzi swoje sukcesy i jest za nie chwalone)
- Może być połączona z nagrodami (sam punkt i pochwała rodzica jest już nagrodą dla dziecka, w przypadku stosowania nagród innych niż same punkty i pochwała, dziecko powinno je otrzymywać coraz rzadziej – np. daną nagrodę można dostać za większą niż dotychczas liczbę punktów).
- W przypadku gdy dziecko zbiera codziennie punkty – rodzic podwyższa cel (tą samą nagrodę dziecko uzyskuje za większą liczbę punktów)

**Zastosowanie:** uczenie dziecka nowych zachowań, wzmacnianie pożądanego zachowań (wzbudzanie pozytywnej motywacji).

## **METODA SPOKOJNEGO KRZESŁA – KARNY JEŹYK**

Metodę tę można stosować wtedy, gdy dziecko nie wykonuje tego, o co je prosimy. Dziecko przerywa swoją czynność, podczas której wystąpiło zachowanie problemowe i ma przez krótki czas wyciszyć się (czas wyciszenia zależy od wieku) w określonym miejscu – np. na krześle czy na dywaniku znajdującym się w pomieszczeniu, w którym dane zachowanie wystąpiło. Gdy dziecko jest spokojne przez określony czas, może wrócić do wcześniej wykonywanej czynności.

**Dziecko ma być spokojne na krześle, dywaniku przez określony czas, który zależy od wieku dziecka:**

- 2 lata = 1 minuta
- 3-5 lata = 2 minuty
- 5-10 lat = 5 minut

### **REGUŁY SPOKOJNEGO KRZESŁA:**

- **Zanim zastosujecie „spokojne krzesło” należy wytłumaczyć dziecku na czym ta metoda polega**
  1. *Gdy nie będziesz robił tego o co się proszę ..... – zastosuj karę, tzn.:*
  2. *będziesz musiał przerwać to co robisz, usiąść na krześle/podłodze. Przez .....minut masz być spokojny – spokojnie siedzieć i z nikim nie rozmawiać, nikogo nie wołać.*
  3. *Gdy będziesz spokojnie siedział, po ....minutach zawołam Cię i będziesz mógł dalej.....*
- **Upewnij się czy dziecko zrozumiało zasadę spokojnego krzesła**

**Zastosowanie:** konsekwencja negatywna niewykonania polecenia, konsekwencja zachowań problemowych takich jak np. zabierania zabawek innym dzieciom, „lekkie” przypadki hysterii, napadów złości.

## **METODA IZOLACJI DZIECKA**

Jest to metoda podobna do „spokojnego krzesła”, różni się tylko tym, iż dziecko przebywa w innym pomieszczeniu, jest niejako izolowane w pomieszczeniu, w którym nie ma zabawek i dziecko nie zrobi sobie krzywdy. Stosujemy ją wtedy, gdy nie działa „spokojne krzesło” lub w przypadku problemów wychowawczych typu „ciężkiego” jak również napadów złości/hysterii.

Opis metod wychowawczych przygotowano na podstawie:

- A. Kołakowski, A. Pistula „Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna”, GWP, Sopot 2011
- C. Markie –Dadds, K. M.T. Tuner, M.R. Sanders „Das Triple P. Elternarbeitsbuch”, The University of Queensland, 2009



## **Informacje o projekcie, w ramach którego powstała broszura:**

**Tytuł projektu:** „Akademia Mądrego Wychowania w PM6”

**Priorytet:** IX Rozwój wykształcenia i kompetencji w regionie

**Działanie:** 9.5. Oddolne inicjatywy na obszarach wiejskich

**Nr projektu:** POKL.09.05.00-02-369/12

**Finansowanie projektu:** Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

## **Uczestnicy i uczestniczki projektu:**

- 16 nauczycielek z Przedszkola nr 6 w Polkowicach
- rodzice dzieci w wieku 2-6 lat, które uczęszczają do Przedszkola nr 6 w Polkowicach (20 mam i 12 tatusiów)

## **Realizator projektu:**

Competence-Training & Coaching Institute, Barbara Jaśkiewicz

Barbara Jaśkiewicz – psycholog prowadzący w projekcie Trening Kompetencji Wychowawczych i Konsultacje Psychologiczne dotyczące problemów wychowawczych.

tel. kom. 695 581 808

[www.psycholog.polkowice.pl](http://www.psycholog.polkowice.pl) (zakładka projekty EFS/Akademia Mądrego Wychowania)



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**DOLNY  
ŚLĄSK**

**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Publikacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego