

Skatinimų ir bausmių sistema (Rekomendacijos tėvams)

Pirma taisyklė. Taisyklės (apribojimai, draudimai, reikalavimai) kiekvieno vaiko gyvenime būtinai turi būti.

Antra taisyklė. Taisyklių (apribojimų, draudimų, reikalavimų) neturi būti per daug, ir jos turi būti lanksčios.

Patarimai antros taisyklės įgyvendinimui

1. **Žalioji zona.** Į žaliają zoną sudedame visa tai, ką leidžiame daryti savo vaikui jo paties nuožiūra ir noru.
2. **Geltonoji zona.** Vaiko veiksmai, kuriems duodama santykinė laisvė, yra geltonojoje zonoje. Jam leidžiama veikti savo paties nuožiūra, tačiau tam tikrose ribose. Ši zona labai svarbi, kadangi būtent čia vaikas pratinamas elgtis pagal vidinę discipliną. Pamažu priprasdamas prie tokių taisyklių, vaikas vadovaujasi jomis be ypatingos įtampos. Čia labai svarbu, kad tėvai, ramiai (bet trumpai) paaiškintų, kuo remiasi jų reikalavimai. Kartu svarbu pabrėžti, koks laisvas pasirinkimas lieka vaikui.
3. **Oranžinė zona.** Oranžinėje zonoje yra tokie veiksmai, kuriems apskritai mes nepritariame, tačiau atsižvelgdami į ypatingas aplinkybes leidžiame.
4. **Raudonoji zona.** Raudonojoje zonoje yra vaiko veiksmai, nepriimtini jokiais aplinkybėmis. Tai kategoriški „negalima“, dėl kurių mes nedarome jokių išimčių. Šis sąrašas „suauga“ kartu su vaiku ir atveda prie rimtų moralinių normų ir socialinių draudimų.

Trečia taisyklė. Reikalavimai neturi akivaizdžiai prieštarauti svarbiausiems vaiko poreikiams.

Ketvirta taisyklė. Taisyklės (apribojimai, draudimai, reikalavimai) turi būti suderintos tarp suaugusiųjų.

Penkta taisyklė. Tonas, kuriuo pranešamas reikalavimas ar draudimas, turi būti labiau draugiškai aiškinamasis nei įsakomasis.

Šešta taisyklė. Bausti vaiką geriau atimant iš jo gera, nei darant jam bloga.



Patarimai tėvams veiksmingų poveikio priemonių taikymui

1. **Vaikas turi nenorėti, kad jam būtų taikomos poveikio priemonės.** Antraip jos neturės veiksmingo atgrasančio poveikio. Pvz., būtų juokinga vaikui sakyti, kad jį nubaudžiame ir jis šiandien neis miegoti pietų – juk ir taip daugelis nenori miegoti.
2. **Poveikio priemonės turi būti įvykdytos iki galo.** Jei taikome poveikio priemonę, ją privalome atlikti, antraip beprasmiška ją skirti.
3. **Negąsdinkite tuo, ko negalite padaryti ar nepadarysite.** Vaikas labai gerai žino savo teises ir tai, ką jūs galite ir ko negalite daryti.
4. **Venkite gąsdinti „kažkuo kitu“.** Tai parodo, jog tėvai pati negali išspręsti problemos.
5. **Poveikio priemonės gali sukurti neigiamą atmosferą.** Bausmės gali sukelti neigiamų jausmų, jei jos taikomos per griežtai. Jei vaikas dažnai elgiasi netinkamai, vertėtų daugiau dėmesio skirti teigiamiems santykiams su vaiku kurti, užuot kėlus priešišumą nuolat skiriant bausmes.
6. **Įvertinimas turi būti trokštamas.** Tam, kad įvertinimas įgytų prasmę, jūsų vaikas turi tai vertinti: jis turi norėti gauti tokį įvertinimą.
7. **Pastangų įvertinimo priemonės turi atitikti mokinių amžių.** Paprastai kuo vyresnis vaikas, tuo labiau jie nori gauti materialinį įvertinimą.
8. **Įvertinimas už pastangas turi būti pelnytas.** Nereikia skirti įvertinimo už mažiausias gero elgesio apraiškas ar geriau atliktas užduotis. Kuo sunkiau įvertinimas gaunamas, tuo labiau jis vertinamas.
9. **Įvertinimą už pastangas pritaikyti konkrečiam vaikui.** Jūsų skiriamos pastangų įvertinimo priemonės turi būti savitos, kuo labiau pritaikytos būtent jūsų vaikui (vienas trokšta lipduko, kitas nori knygos ar įdomaus žaidimo, kitas – praleisti laisvą laiką su tėvais).
10. **Pastangų įvertinimo priemonės turi „galiojimo laiką“.** Tam tikra įvertinimo priemonė iš pradžių gali būti veiksminga, po to laipsniškai prarasti savo vertę, nes vaikas prie jos pripranta. Reguliariai atnaujinkite pastangų įvertinimo sistemą.
11. **Įvertinkite savo vaiko pastangas.** Dažniausiai stengiamės įvertinti sunkaus elgesio vaiko pastangas, tačiau svarbu pastebėti vaiko individualias pastangas.



Skatinimo priemonės (Rekomendacijos)

1. **Pagyrimai.** Pagyrimai gali būti geras pastangų įvertinimo būdas, jei vaikas yra motyvuotas. Kitu atveju, šis būdas nėra toks veiksmingas.
2. **Taškų kaupimo sistema.** Už nuopelnus vaikui skiriami taškai, kurie vėliau gali būti išgryninti.
3. **Pažymėjimai.** Tai gali būti naudinga priemonė, nes vaikas gauna konkretų apčiuopiamą įvertinimą, kuriuo gali didžiuotis, parodyti draugams.
4. **Lipdukai.** Ši priemonė itin tinka vaikams, reikia tik pagalvoti, kur vaikas juos klijuos.
5. **Prizai ir dovanos.** Galima skirti prizų dieną, per kurią vaikas gauna dovanų už darbą ir pastangas. Tai puiki motyvavimo priemonė.
6. **Laiškas vaikui.** Vaikas pats gali pasidaryti atvirukų, o tėveliai aprašo jo pastangas. Atvirukas puikus tuo, kad magnetu galima prisegti prie šaldytuvo.
7. **Kelionės.** Kelionė gali būti puiki pastangų įvertinimo priemonė, gera dar ir tuo, kad palieka teigiamų ir malonių prisiminimų.
8. **„Ypatingas“ arba „aukso“ laikas.** Vaikas užsitarnauja (arba praranda) galimybę turėti laisvą valandą savaitės pabaigoje. Tuo laiku jis pats nusprendžia, kokia linksma veikla užsiimti.
9. **„Ypatinga“ užduotis.** Vaikams labai patinka, kai už pastangas jiems leidžiama atlikti suaugusiųjų užduotis, pvz., „pabūti namų šeimininku“, „pabūti atsakingu už pirkinius parduotuvėje“.
10. **Loterijos.** Tėvai dovanuoja vaikams „loterijos“ bilietus už gerai atliekamas užduotis, puikų elgesį, o veiklų ar savaitės pabaigoje traukiami burtai ir laimėtojai įteikiamas prizas.
11. **Stiklo rutuliukai stiklainyje.** Ant rašomojo stalo stovi tuščias stiklainis, į kurį dedamas stiklinis rutuliukas (akmenukas) kaskart, kai vaikas labai stengiasi atlikti užduotis ar gerai elgiasi. Kai stiklainis pripildomas, vaikui atlyginama už pastangas (pagal susitarimą).
12. **Saldainiai ar kitos vaišės.** Šiuo atveju viskas priklauso nuo tėvų nuomonės – tinka ar ne dalyti saldinius, bet saldainiai yra populiarūs vaikų motyvavimo priemonė.

Sėkmės, kuriant darnius santykius su savo vaiku!!!

