



Информация для родителей

ГКУЗ «ВОЦМП»

Как воспитывать детей без насилия и агрессии

- ✚ Не предпринимайте никаких действий, если Вы раздражены. Для начала возьмите себя в руки и успокойтесь. Отстранитесь от ситуации и постарайтесь взглянуть на нее со стороны. Все решения принимайте в спокойном состоянии.
- ✚ Вспомните о своих интересах, уделите себе внимание. Успокоившись и расслабившись сами, Вы станете спокойнее вести себя и со своим ребенком.
- ✚ Будьте с ребенком доброжелательным, но твердым.
- ✚ Будьте последовательны в своих действиях.
- ✚ Предоставляйте ребенку право выбора. Пусть он знает о тех мерах, которые Вы предпримите в ответ на его непослушание, и сделает самостоятельно выбор между своим послушным поведением и возможным наказанием. Применяйте технику Я-сообщения.
- ✚ Позвольте ребенку столкнуться с последствиями своих действий.
- ✚ Дайте ребенку возможность достичь с вами договоренности.
- ✚ Постарайтесь в своей семье не устанавливать слишком много запретов. Но те, которые существуют, нарушать нельзя – ребенок должен быть в этом уверен. В противном случае его ждет наказание.
- ✚ Учитесь правильно критиковать ребенка: порицая, следует дать понять ребенку, что вы критикуете конкретный поступок ребенка, а ваше отношение к нему не меняется.
- ✚ Если Вы чувствуете, что вы не правы – имейте мужество признаться ребенку в этом.