

## ЧЕТЫРЕ ШАГА К ИЗБАВЛЕНИЮ ОТ ДЕРЗОСТИ

Дерзость – отталкивающая черта характера, часто встречается у дошкольников старшего возраста с которой надо бороться. Вольное поведение ребенка со взрослым, спор, отговорки – все это маркеры дерзости.

Воспользуйтесь следующими четырьмя шагами как руководством в искоренении дерзости и склонности ребенка к пререканиям.

### ***Шаг 1. Сразу же выявляйте дерзость.***

Определите, что именно вы считаете неуважительным поведением, чтобы ребенку было ясно, чего от него ждут. Все дети время от времени срываются, но есть ли слова, фразы или жесты, которыми ребенок пользуется довольно часто? Именно на этом вы и должны сосредоточиться. И всякий раз, когда ребенок ведет себя таким образом, немедленно указывайте на это. Ниже приводятся примеры из подобного опыта других родителей. Обратите внимание, что их замечания направлены только на неуважительное поведение, а не на личность ребенка.

"Когда я говорю с тобой, ты закатываешь глаза. Это проявление неуважения. Больше так не делай".

"Говорить мне "отстань", когда я с тобой разговариваю, — недопустимо. Так говорить нельзя".

### ***Шаг 2. Не вступайте в пререкания, когда ребенок дерзит.***

Исследования в области развития детей показывают, что, как правило, дети перестают дерзить, когда видят, что это неэффективно для привлечения внимания. Поэтому держитесь нейтрально и не отвечайте. Не вздыхайте, не пожимайте плечами, не показывайте, что вы разгневаны. Более того, не уговаривайте, не увещивайте, не бранитесь; *такая тактика почти никогда не срабатывает*, а только усугубляет подобное поведение. Просто откажитесь продолжать разговор до тех пор, пока ребенок дерзит, и делайте так всегда. Как правило, если дети видят, что вы не собираетесь сдаваться, — они прекращают дерзить. Вот несколько примеров.

"Остановись. Говорить мне, что я ничего не знаю, — неуважительно. Мы поговорим, когда ты найдешь верный тон".

"Я не хочу слушать грубияна. Если хочешь говорить со мной, говори уважительно. Я буду в другой комнате".

### ***Шаг 3. Введите штрафные санкции, если дерзкое поведение продолжается.***

Предположим, что вы четко объяснили, чего хотите, тем не менее, дерзость и пререкания продолжаются. Пора ввести за них те или иные штрафные санкции. Эффективные штрафные санкции должны быть понятны ребенку, иметь определенную продолжительность, непосредственно относиться к неуважительному поступку и соответствовать характеру ребенка. Установив штрафные санкции, последовательно применяйте их и не отступайте. При постоянно повторяющихся нарушениях лучше всего составить и записать план, который должен быть подписан всеми причастными сторонами и находиться в доступном месте. Еще одна мысль: подумайте над тем, чтобы ребенок сам участвовал в определении для себя штрафных санкций — часто санкции, придуманные ребенком, более жесткие, чем ваши. Перечень возможных штрафных санкций приведен в части IV.

### ***Шаг 4. Поощряйте уважительное поведение.***

Одно из самых простых средств сделать хорошее поведение более частым — поощрять ребенка каждый раз, когда он поступает правильно (НО не забывать замечать ребенка ежедневно, просто так). Однако результаты исследований показывают, что чаще всего мы делаем как раз наоборот: вместо того чтобы обращать внимание на вежливое поведение детей, мы постоянно указываем им на неправильные поступки. Поэтому, как только вы увидите или услышите, что ребенок проявляет вежливость или говорит уважительно, похвалите его и выразите удовлетворение. Вот несколько примеров.

"Вася, мне нравится этот уважительный тон".

"Ваня, спасибо, что вежливо выслушал меня".

# ПЛАН ПОЭТАПНОГО ИЗМЕНЕНИЯ ПРОБЛЕМНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА

Для начала вспомните, не дерзили ли вы в детстве родителям или другим взрослым. Дерзили ли ваши братья и сестры? Как реагировали ваши родители? Помогало ли это? А теперь подумайте о современных детях. Утверждают, что неуважительных, дерзких детей, не повинующихся авторитету взрослых, становится все больше. Что может быть причиной этого? Где дети учатся дерзить?

Теперь настало время действий по изменению поведения вашего ребенка. Используйте Дневник поэтапного изменения проблемного поведения ребенка для записи своих мыслей и составления плана изменений.

1. Внимательно присмотритесь к поведению ребенка и подумайте, что вас особенно беспокоит. Каковы проявления неуважения и когда это происходит?

2. Припомните, что произошло непосредственно перед проявлением проблемного поведения, что могло спровоцировать неуважение?

3. Подумайте, как вы обычно реагируете в таких случаях. Спросите себя, почему это не срабатывает.

4. Перечитайте четыре шага к избавлению от дерзости. По возможности обсудите это с супругом (супругой) или другими родителями.

5. Согласитесь, что в большинстве случаев шаги 1 и 2 обязательны для изменения поведения. Если эти шаги помогут избавиться от дерзости, сразу приступайте к шагу 4. Если нет, следуйте шагу 3 и введите штрафные санкции, соответствующие характеру вашего ребенка.

## **ОБЯЗАТЕЛЬСТВА**

### **ПО ИЗМЕНЕНИЮ ПРОБЛЕМНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА**

Как вы будете использовать четыре шага и план поэтапного изменения проблемного поведения для того, чтобы помочь своему ребенку? Запишите, что вы предпримете в течение ближайших 24 часов, чтобы начать процесс поэтапного изменения проблемного поведения ребенка.

---

---

## **РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **ПОЭТАПНОГО ИЗМЕНЕНИЯ ПРОБЛЕМНОГО ПОВЕДЕНИЯ**

### **РЕБЕНКА.**

Исправление поведения — это тяжелая, кропотливая работа, которая должна проводиться последовательно и основываться на закреплении результатов через родительское поощрение. Движение ребенка к изменениям может быть медленным, но обязательно отмечайте и поощряйте каждый его шаг на этом пути. Потребуется не меньше 21 дня, чтобы появились первые результаты, поэтому не спешите сдаваться. Помните, что если не сработает один подход, то сработает другой. Еженедельно фиксируйте прогресс в поведении ребенка, пользуясь приведенным ниже образцом. Ежедневно отмечайте успехи в Дневнике поэтапного изменения проблемного поведения ребенка.

1 Неделя.

---

---

2 Неделя.

---

---

3 Неделя.

---

---