

8 способов справиться с плохим поведением ребенка

Если ваш ребенок постоянно плохо себя ведет, а вы задаете себе вопрос: «Почему он всегда так раздражает?» – знайте: вы не одиноки. Так думают многие молодые родители во всем мире. Плохое поведение детей может вызывать стресс у родителей. Рассмотрим несколько способов справиться с плохим поведением ребенка.

- 1. Не реагируйте на плохое поведение.** Когда вы реагируете на плохое поведение ребенка, то поощряете его.
- 2. Сохраняйте позитивный настрой.** Если вы акцентируете свое внимание на плохом поведении ребенка, вам будет трудно найти эффективное решение этой проблемы. Сосредоточьтесь на том, каких изменений в поведении ребенка вы хотите достичь, и двигайтесь к намеченной цели.
- 3. Будьте последовательны в своей реакции на поведение ребенка.** Что еще более важно, будьте последовательны, устанавливая наказание за плохое поведение, так как вам следует довести дело до конца.
- 4. Тем не менее, иногда стоит менять старые правила, которые не работают.** Это поможет изменить привычки ребенка. Например, вы можете сократить ребенку время на просмотр телевизора, компьютерные игры или другие занятия.
- 5. Покажите хороший пример.** Измените свое поведение, чтобы изменить поведение ребенка. Дети подражают родителям именно из-за убеждения, что родители все знают лучше.
- 6. Дисциплина необходима, но она эффективна только тогда, когда вы последовательны в своих действиях.** Вы должны хорошо подумать, прежде чем устанавливать правила.
- 7. Расслабьтесь.** Не переживайте сильно из-за крика, споров и неповиновения ребенка. Иногда нужно отдохнуть от излишней дисциплины.
- 8. Используйте поощрения за хорошее поведение.** Если ребенок чаще проявляет хорошее поведение, не забывайте похвалить за это ребенка.

Занятия для детей, у которых проявляются проблемы с поведением

Исправить поведение ребенка эффективнее всего в игровой форме. Есть несколько занятий, которые помогут родителям справиться с плохим поведением ребенка.

1. Физические нагрузки и упражнения – лучшее средство выпустить пар и справиться с отрицательными эмоциями. Когда ребенок перевозбужден или зол, вы можете предложить ему поиграть на улице, чтобы выплеснуть энергию. Если ребенок не имеет такой

возможности, он выплескивает энергию другими доступными способами – с помощью истерик, деструктивного поведения и т. д.

2. Ролевые игры – это отличное занятие, которое может научить ребенка контролировать свои импульсы. Одним из главных факторов, влияющих на поведение детей, является отсутствие самоконтроля.

3. Предложите ребенку почитать книгу. Это занятие особенно хорошо перед сном, когда ребенок еще активен и ему нужно успокоиться и расслабиться.

4. Рассказывание историй – это еще одно занятие, позволяющее направить энергию ребенка в позитивное русло и включающее воображение ребенка. Это занятие также помогает ему повысить настроение.

5. Играйте в игры, в которых поощряется хорошее поведение, читайте книги, которые учат ребенка доброте, дружбе и вежливости. Когда ребенок узнает, насколько полезно в жизни хорошее поведение, он, вероятно, перестанет вести себя плохо.

Ребенок имеет право на случайные проявления плохого поведения. Не пытайтесь каждый раз его подавлять. Однако если такое поведение регулярно повторяется, вам необходимо принять меры. Если вы считаете, что ситуация вышла из-под контроля, обратитесь к специалисту.

Прежде чем считать своего ребенка плохим, постарайтесь понять причину его поведения. При правильном подходе вы сможете изменить его поведение. В конце концов, вы ведь хотите воспитать вашего ребенка добрым, умным и рассудительным человеком, не так ли?