



10 najważniejszych porad pozytywnego wychowania



Porada 1

Jeśli dziecko chce ci coś pokazać, oderwij się od swoich zajęć i poświęć mu uwagę. Istotną rzeczą jest, aby często przebywać ze sobą i robić wspólnie rzeczy, które sprawiają przyjemność zarówno tobie jak i dziecku.

Porada 2

Często okazuj dziecku uczucia przytulając je bądź trzymając za rękę. Zwykle dzieci lubią taką formę kontaktu.

Porada 3

Rozmawiaj z dzieckiem o rzeczach interesujących; opowiedz mu również o tym czego sam doświadczyłeś i co ci się przydarzyło w ciągu dnia.

Porada 4

Nagradzaj dziecko za to co zrobi, za działania które twoim zdaniem można powtórzyć. Powiedz na przykład: „Cieszę się, że od razu robisz to o co cię proszę”.

Porada 5

Wiemy o tym, że dzieci są niezdolne kiedy się nudzą. Zadbaj więc o wystarczającą ilość materiałów oraz liczbę zadań, które można wykonywać zarówno w pomieszczeniu jak i na dworze. Może to być na przykład: przygotowanie ciasta na chleb, kredki i malowanki, kartonowe pudełka, rzeczy do przebrania, domek ogrodowy do zabaw lub namiot.

Porada 6

Naucz dziecko nowych rzeczy pokazując i wykonując je najpierw i daj mu możliwość samodzielnego wykonania tej samej czynności.

W domu odnoś się do dziecka grzecznie i zachęcaj je do mówienia „proszę” i „dziękuję”. Za każdym razem pochwal dziecko za jego starania.

Porada 7

Wyraźnie określ granice, które wyznaczasz dziecku. Poświęć czas aby z całą rodziną omówić zasady obowiązujące w domu i konsekwencje wynikające z nie stosowania się do nich.

Porada 8

Jeśli dzieci są nieposłuszne lub niegrzeczne, zachowaj spokój i wydaj wyraźne polecenie, że takie zachowanie musi się skończyć. Powiedz dzieciom czego od nich oczekujesz, na przykład: „Przestańcie się kłócić, lepiej się pobawcie”. Jeśli cię posłuchają, pochwal je za to; jeśli nie, powiedz im o konsekwencjach, które muszą być proporcjonalne do ich zachowania.

Porada 9

Realnie oceń swoje oczekiwania wobec dziecka. Wszystkie dzieci są od czasu do czasu nieposłuszne bądź niegrzeczne i może się też zdarzyć że stosowanie dyscypliny powoduje problemy. Bycie idealnym rodzicem prowadzi tylko do frustracji i rozczarowań.

Porada 10

Zadbaj również o siebie. Trudno jest być spokojnym i opanowanym rodzicem jeśli jest się spiętym, zmartwionym lub jeśli jesteśmy w depresyjnym nastroju. Spróbuj znaleźć wystarczająco dużo czasu na odpoczynek lub zajmij się tym co sprawia ci przyjemność.



Top 10 tips bij Positief Opvoeden

Tip 1

Als je kind jou iets wil laten zien, stop dan met waar je mee bezig bent en geef aandacht aan je kind. Het is belangrijk om vaak korte periodes in elkaars gezelschap te zijn en samen dingen te doen die jij en je kind allebei leuk vinden.

Tip 2

Geef je kind vaak blijk van je affectie door lichamelijk contact. Meestal vinden kinderen het fijn om geknuffeld te worden of je hand vast te houden.

Tip 3

Praat met je kind over dingen waar het geïnteresseerd in is en vertel je kind ook wat je zelf die dag hebt meegemaakt.

Tip 4

Prijs je kind gericht als het iets doet, dat voor jou voor herhaling vatbaar is, bijvoorbeeld: "Wat goed dat je meteen doet wat ik vraag".

Tip 5

Het ligt voor de hand, dat kinderen vervelend zijn als ze zich vervelen. Zorg voor genoeg materiaal en activiteiten voor binnen en voor buiten, bijvoorbeeld brooddeeg, kleurpotloden en kleurboeken, kartonnen dozen, verkleedpartijen, een speelhut of speeltent.

Tip 6

Leer je kind nieuwe vaardigheden door die eerst voor te doen en geef je kind dan de kans om het zelf te doen. Spreek bijvoorbeeld thuis op een beleefde manier met elkaar en stimuleer je kind ook om netjes te praten, bijvoorbeeld door "alsjeblieft" of "dankjewel" te zeggen en geef

je kind een complimentje als het zijn best doet om dat ook te doen.

Tip 7

Maak duidelijk, dat er grenzen zijn aan wat je van je kind accepteert. Neem de tijd om met het hele gezin te praten over de regels die in huis gelden en maak je kind ook duidelijk wat de consequentie is als regels overtreden worden.

Tip 8

Als kinderen ongehoorzaam of stout zijn, blijf dan rustig en geef de duidelijke instructie, dat het afgelopen moet zijn en vertel ook wat je wel wilt, bijvoorbeeld: "Hou op met ruziemaken en ga samen spelen". Geef een complimentje als ze dat ook doen. Als ze doorgaan, geef dan de consequentie, die daaraan vast zit, die natuurlijk wel in verhouding moet zijn.

Tip 9

Wees realistisch in de verwachtingen die je hebt. Alle kinderen zijn van tijd tot tijd ongehoorzaam of stout en het zal zeker voorkomen, dat discipline problemen geeft. De perfecte ouder proberen te zijn leidt alleen maar tot frustraties en teleurstellingen.

Tip 10

Zorg ook goed voor jezelf. Het is moeilijk om een rustige en ontspannen ouder te zijn, als je gespannen bent, als je je zorgen maakt, als je depressief bent. Probeer elke week genoeg tijd vrij te maken om je te ontspannen of dingen te doen die je leuk vindt.

