



# KAIP (IŠ)BŪTI SU NETINKAMU VAIKO ELGESIU PANDEMIJOS METU

## NETINKAMAS VAIKO ELGEZYS SUKELIA ERZULĮ?



- Vos tik pastebite netinkamą vaiko elgesį, iškart į tai sureaguokite ramiau balsu ir nukreipkite teigiamo (tinkamo) elgesio link.

*Tinkamas nukreipimo pavyzdys - „Kėdės yra skirtos sėdėjimui. Prašau nestovėti ant jų, o atsisėsti“.*

*Netinkamas nukreipimo pavyzdys - „Nestovėk ant kėdės. Tu nugriūsi ir susižeisi“.*

## JAUČIATĖS TAIP, TARSI TUOJAU RĖKSITE?

### PASIDARYKITE PERTRAUKĄ

- Padarykite mažą 10 sekundžių pertrauką.
- Lėtai įkvėpkite ir iškvėpkite 5 kartus.
- Tuomet pabandykite reaguoti ramiau.

*Tūkstančiai tėvų teigia - tai padeda.*

*Visi vaikai kartais elgiasi netinkamai, kai yra pavargę, alkani, bijo ar mokosi savarankiškumo. Žinoma, tai gali kelti erzulį, kai ilgai būnama kartu namuose, bet yra visiškai normalu.*



## VAIKAS NESILAIKO SUSITARIMO?

### INFORMUOKITE APIE PASEKMES

- Suteikite vaikui galimybę laikytis Jūsų instrukcijų prieš parodydami pasekmes.
- Išlikite ramūs, kai vykdate pasekmes.
- Pasekmės turi būti įgyvendinamos. Pavyzdžiui: atimti iš vaiko telefoną visai savaitei gali būti sunku, o štai valandai laiko - labiau įgyvendinama.
- Pasibaigus pasekmei suteikite vaikui galimybę padaryti kažką gero ir už tai jį paskatinkite.

*Pasekmės moko vaikus priimti atsakomybę už elgesį. Jos taip pat ugdo discipliną. Tai yra kur kas veiksmingiau nei rėkimas.*

