



Фондация П.У.Л.С.

# ПОЗИТИВНО РОДИТЕЛСТВАНЕ

## ПРОГРАМА ЗА РОДИТЕЛИ

# ТОМАС ГОРДЪН

- ФИЛОСОФИЯ
- НАУЧНА ДЕЙНОСТ



# ***ПОВЕДЕНИЕТО***



Не, не  
сега.



Може ли  
да ми  
купиш  
шоколад?

Днес  
няма да  
купуваме  
сладкиши!

Всички ме  
гледат...

НЕ

ИСКАМ  
НЕЩО

СЛАДКО  
СЕГА!



Моля те,  
бъди  
добро  
момиче и  
спри!

Уф...

Добре...  
Само този  
път!

След това  
трябва да  
спреш да  
крещиш.



Тра-ла-ла...

# ***ЖЕЛАНОТО ПОВЕДЕНИЕ ТРЯБВА ДА БЪДЕ ВЪЗПИТАВАНО***

## *техники за научаване*

- Разговор
- Да бъде санкционирано, съобразно възрастта
- Да бъде помолено да отиде за определено време на уединено място
- Да му бъде обяснено
- Да се използват моменти за поощрение



**АКЦЕНТИРАМЕ** върху възпитанието на „положителното“ , желаното поведение като:

- се уверим, че желаното поведение получава положителна обратна връзка,
- се уверим, че нежеланото поведение не е възнаградено.

# ***РОДИТЕЛСКИ УМЕНИЯ, МОДЕЛИРАНЕ И МИСЛЕНЕ***

## **МОДЕЛИРАНЕ**

### **Родителите като ролеви модели**

- Ежедневното поведение на родителите учи децата как да се държат в настоящето и в бъдеще.
- Децата имитират чуждото поведение, особено социалните умения и поведението към другите.
- Децата научават повече от това, което виждат от другите, отколкото от това, което им е казано да правят.

## МОДЕЛ НА ПОДРАЖАНИЕ

### Родителите трябва:

- Да осъзнаят какво поведение моделират в детето си.
- Да отделят време да наблюдават собственото си поведение

### Какво трябва да виждат децата ви във вашето поведение:

- показване на внимание към другите,
- аргументиране за дадена постъпка,
- хвалене на другите,
- не отбелязване на изблиците,
- изслушване,
- не обръщане на внимание на грубите подмятания на другите.





# ВЪЗПИТАНИЯ НА УМЕНИЯ

1. Отбелязвате всеки път
2. Намирате възможности
3. Уверявате се, че забелязвате добрите прояви и хвалите детето си
4. Инструктирате
5. Прилагане на последствията за неспазване и спазване на правилата

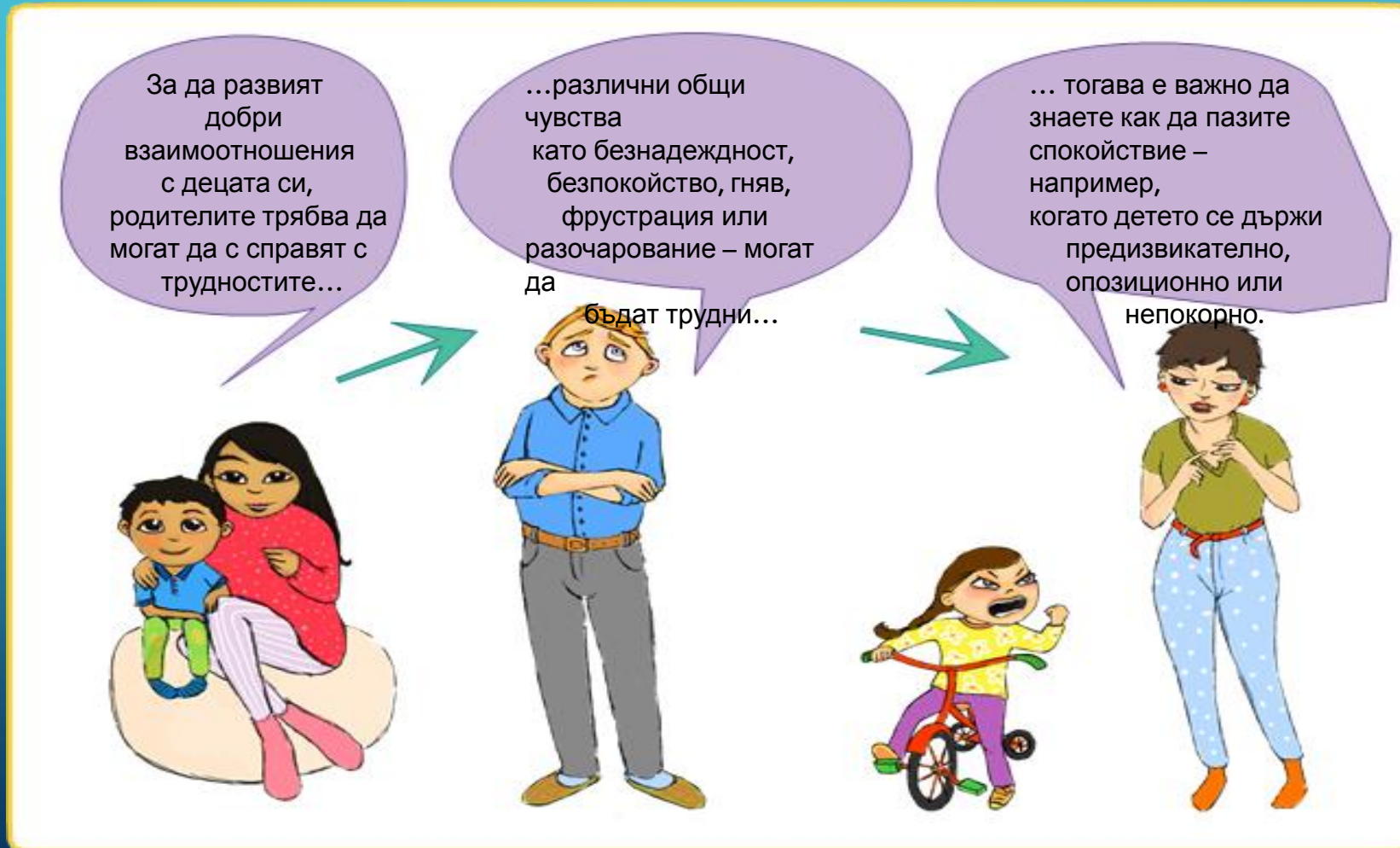
The background is a blue gradient with white circuit-like lines in the corners. The text is centered in the middle of the page.

# ПРОМЯНА НА МИСЛОВНИТЕ МОДЕЛИ В **3** **СТЪПКИ**

# 1. ДА РАЗПОЗНАЕТЕ И ОСЪЗНАЕТЕ БОЛЕЗНЕНИТЕ МИСЛИ



## 2. ДА ПРЕКЪСНЕТЕ И ДА СПРЕТЕ БОЛЕЗНЕНАТА МИСЪЛ



### 3. ДА ОТКРИЕТЕ ПРИМЕРИ



The background is a blue gradient with white circuit-like lines in the corners. The text is centered in a bold, red, italicized font.

***ПОЛОЖИТЕЛНА ОБРАТНА  
ВРЪЗКА И ПОХВАЛА***

# ПРИМЕРИ ЗА ПОЛОЖИТЕЛНА ОБРАТНА ВРЪЗКА И НАГРАДИ

- Докосването
- Вниманието
- Знакът
- Думите

Хубаво е, че си  
игра дълго време  
с кубчетата.

Горд съм, че  
имам толкова  
добро момче!

Трябва да сте  
доволни, че можете  
да си играете заедно  
толкова дълго време.

Много добре  
правиш, че  
помагаш на  
малкия си брат!

Радвам се да  
видя, че си  
играете  
добре  
заедно!





The background is a blue gradient with white circuit-like lines in the corners. The lines consist of straight segments and small circles, resembling a printed circuit board or a network diagram. They are located in the top-left, top-right, bottom-left, and bottom-right corners.

# ***ГОВОРЕНЕ С ДЕЦАТА***

## „ВРЕМЕ В ТИШИНА“

- Детето започва темата за разговор.
- Родителят слуша, не насочва и не съди.
- Родителите практикуват слушането.
- Повишава разбирането за мислите, интересите, мненията и тревогите на детето.
- Учи детето, че е позволено да говори за всякакви неща, също и трудни или чувствителни въпроси.

# АКТИВНОТО СЛУШАНЕ

ОСНОВЕН ЕЛЕМЕНТ В ОБЩУВАНЕТО МЕЖДУ РОДИТЕЛИ И  
ДЕЦА /

УСЛОВИЕ ЗА ЕФЕКТИВНО ОБЩУВАНЕ С ДЕЦАТА



## ПРЕДИМСТВА НА АКТИВНОТО СЛУШАНЕ

- Помага на детето да се освободи от негативните чувства, като ги изразява свободно.
- Помага за развиване на отношения, свързани с топлина и съпричастност между родителя и детето.
- Улеснява детето при взимане на решения.
- Помага на детето по-лесно да слуша и да разбира родителите си.

The background is a blue gradient with white circuit-like lines in the corners. The word "ДИСЦИПЛИНАТА" is written in the center in a bold, red, italicized font.

# ***ДИСЦИПЛИНАТА***

# ПРОМЯНА НА ПОВЕДЕНИЕТО В 5 СТЪПКИ

- Обсъждате проблемното поведение и позитивното поведение, което искате да видите.
- Задавате модел на позитивно поведение.
- Акцентирате, когато другите имат желаното поведение.
- Насърчавате детето да направи същото.
- Хвалите или възнаграждавате детето, когато то демонстрира правилното поведение.

# СТЪПКИ В ДИСЦИПЛИНИРАНЕТО

1. Обръщате внимание на доброто поведение.
2. Решавате кога да дисциплинирате.
3. Решавате за какво да дисциплинирате.
4. Решавате как да дисциплинирате.
5. Дисциплинирате по контролиран начин.

The background is a blue gradient with white circuit board traces in the corners. The traces form various geometric shapes and lines, some ending in small circles, resembling a printed circuit board layout.

# ***ХЛЕНЧЕНЕ И ИЗБУХВАНИЯ***



- Не отговаряйте на детето, когато то ви пита любезно за нещо.
- Детето не получава достатъчно внимание от родителите си и се чувства пренебрегнато.
- Детето получава това, което иска, като хленчи.



- Да запазите спокойствие и да не показвате, че сте ядосани и засрамени.
- Да обезопасите пространството около детето, за да не се нарани, и да го оставите.
- Ако има опасност да се нарани – да го гушнете, да го притиснете до себе си и да започнете да говорите тихо и приспивно.
- Да му кажете, че ще поговорите пак, когато се успокои.



# ПРЕДОТВРАТЯВАНЕ НА ХЛЕНЧЕНЕТО В НАВИК

- От самото начало
- Игнориране на крясъците
- Не се поддавате на крясъците