

Techniki motywacyjne dla dzieci i rodziców

Poddający się – nigdy nie wygrywa, a wygrywający – nigdy się nie poddaje.

Na rozwój pozytywnych zachowań dziecka, oprócz atmosfery rodzinnej, korzystnie wpływają radosne przeżycia. Dostarczanie dziecku miłych bodźców wpływa na jego samopoczucie, ożywienie, wesołość i daje poczucie własnej wartości. Niewątpliwie miłym odczuciem jest pochwała ze strony drugiej osoby np. rodzica. Odpowiednia motywacja może tak uskrzydlić Twoje dziecko, że „przefrunie” nad każdą przeszkodą na drodze do osiągnięcia celu.

Techniki motywacyjne dla dzieci i rodziców nie tylko motywują do działania, ale również poprawiają komunikację i relacje w rodzinie.

1. List do rodziców napisany przez dziecko i list rodziców do dziecka.
2. Informacja na temat sposobu rejestrowania sukcesów dziecka.
3. Savoir-vivre - ustalenie tzw. dobrych manier dziecka i punktowanie ich. Stworzenie "zeszytu sukcesów" dziecka i rodziny.
4. Wykonywanie wspólnych rzeczy- lub wspólne nicnierobienie- to zbliża, nawet jeśli nic się nie dzieje.
5. Obejrzyj wspólnie ze swoim nastoletnim dzieckiem film, np. "Buntownik z wyboru", "Mała Miss", czy też inny film, który lubi dziecko, by poznać jego świat, wyobrażenia, porozmawiać z nim o ważnych tematach.
6. Zamiast mówić "nie"- udzielaj informacji i nie używaj "nie", zaakceptuj uczucia, daj sobie czas do zastanowienia.
7. Pozwól dziecku odpowiadać samemu, zachęć dzieci do korzystania z cudzych doświadczeń.
8. Okaż szacunek dla dziecięcych zmaganiań.