

Навчайте дитину навичкам прийняття рішень

Упевненість приходить тоді, коли дитина має навички вирішення проблем для прийняття правильних життєвих рішень. Дітям потрібен набір навичок, котрі б допомагали приймати рішення у мінливих умовах.

Щоб допомогти своїй дитині вирішувати проблеми, застосовуйте просту модель їх розв'язання, зразок якої надається далі.

- ✓ Використовуйте стратегію заспокоєння – перед прийняттям рішення порадуйте до десяти або поговоріть самі з собою.
- ✓ Визначте проблему. Нехай Ваша дитина висловить наявну проблему своїми словами. Можливо, Вам потрібно буде задавати їй питання, щоб допомогти у цьому.
- ✓ Сформулюйте можливі шляхи вирішення. Не критикуйте жодну ідею.
- ✓ Відкиньте варіанти, які будуть незручними або непосильними для Вашої дитини.
- ✓ Зважте всі «за» та «проти» тих варіантів, що залишилися, а потім виберіть найкращий з них. Запитайте: «Що буде, якщо ти спробуєш ось так?»
- ✓ Обговоріть, що слід робити для втілення цього рішення і як діяти в разі виникнення проблем.
- ✓ Після прийняття рішення – дійте.
- ✓ Оцініть це рішення. Наскільки воно було вдалим. Що можна наступного разу зробити по-іншому? Чого Ви навчилися?
- ✓ Моделюйте навички вирішення проблем своєї дитини. Обговоріть шляхи співпраці та активної роботи з партнерами для пошуку взаємовигідних рішень.