



Övning: Användning av konsekvenser

Mål

Du lär barnet sambandet mellan orsak och verkan. Som förälder lär du dig ett systematiskt och lugnt handlings sätt som du kan använda när barnet gör motstånd.

Anvisning

Genom följande metoder lär du barnet att negativt beteende resulterar i förlust av något. På så sätt lär sig barnet att positivt beteende alltid är mer lönsamt.

Börja använda följande metoder för att fastställa konsekvenser

1. Definiera i förväg det negativa beteende som du kommer att ge en konsekvens för. Berätta för ditt barn om beteendet och dess konsekvenser.
2. Reagera genast när beteendet uppstår.
3. Om barnet inte följer instruktionen, trots upprepningen, tillämpa lugnt konsekvensen. Ta till exempel bort den överenskomna saken från barnet.
4. Förklara varför du gör det och hur länge konsekvensen kommer att pågå. Berätta till exempel när barnet kommer att få tillbaka sin sak.
5. Håll dig konsekvent och lugnt orubblig.
6. När tiden är slut löser du upp konsekvensen. Ge till exempel saken tillbaka till barnet.