



Нельзя
наказывать и ругать:

когда ребенок болен, испытывает какие-либо недомогания или еще не оправился после болезни: в это время его психика особо уязвима, реакции непредсказуемые;

когда малыш ест, после сна, перед сном, во время игры, во время работы;

сразу после физической или душевной травмы (падение, драка, несчастный случай, плохая отметка, любая неудача, даже если в этой неудаче виноват он сам), нужно, по крайней мере, переждать, пока утихнет острая боль (это не значит, что нужно непременно бросаться утешать);

когда ребенок не справляется со страхом, с невнимательностью, с ленью, подвижностью, с любым недостатком, прилагая искренние старания; когда проявляет неспособность, не ловкость, глупость, неопытность — короче, во всех случаях, когда что-то не получается.

реклама



Фесенко Е. В., Фесенко Ю. А.

ЕСЛИ У ВАС РЕБЕНОК
С «МОТОРЧИКОМ»...

Эти дети активны, жизнерадостны и оптимистичны, обладают острым умом, находчивостью и чувством юмора, но... Они страдают от того, что не могут полностью реализовать свой потенциал, их отвергают сверстники, они становятся обузой для воспитателей и педагогов, а иногда — и для своих родных. В чем же причина такого поведения и чем помочь нашим «плохим хорошим детям»? На эти и другие вопросы дают ответ петербургские психологи практики.

Предназначена родителям детей-дошкольников, практическим работникам ДОУ.

ИНФОРМАЦИОННО-ДЕЛОВЫЕ ОСНАЩЕНИЕ



ИНФОРМАЦИОННЫЙ
БЮРО ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

КОЛЕСНИКОВА О. Н.

Советы
ПСИХОЛОГА

...Еще раз
о
НАКАЗАНИИ



ДЕТСТВО-ПРЕСС
www.detstvo-press.ru

Санкт-Петербург

Правила для тех, кто наказывает (по В. Леви)

1. Наказание не должно вредить здоровью — ни физическому, ни психическому.
2. Если есть сомнения — наказывать или не наказывать, — не наказывайте! Никаких наказаний «на всякий случай».
3. За один раз — одно. Даже если проступков совершено сразу необозримое множество, наказание может быть суровым, но только одно — за все сразу, а не поодиночке за каждое. Салат из наказаний — блюдо не для детской души!
4. Никогда, что бы ни случилось, не мешайте ребенку заслуженной похвалы и награды. Никогда не отнимайте подаренного вами или кем-то! Можно отменять только наказания.
5. Срок давности. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало.
6. Наказан — прощен. Инцидент исчерпан. Страшница перевернута. Как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова! Не мешайте начинать жизнь сначала!
7. Без унижения. Наказание не должно восприниматься ребенком как торжество нашей силы над его слабостью.
8. Ребенок не должен бояться наказания.





Сообщайте ваши собственные чувства. Дайте детям знать, как их поведение влияет на вас.

Например: «Я очень устаю от собирания игрушек в ванной комнате».

Применяйте действие, когда это необходимо.

Например: если ваш ребенок хочет упрямо бегать по улице во время совместной прогулки, держите его за руку (при этом объясняя, почему вы так поступаете).

Держите вашего ребенка. Ребенок, который ведет себя агрессивно или несносно, может почувствовать облегчение, если вы будете держать его крепко, но одновременно с любовью и поддержкой. Это позволит направить его скрытые чувства в слезы облегчения.

Удалите ребенка из конфликтной ситуации и останьтесь с ним. Используйте это время, чтобы выслушать, разделить его чувства, поддержать ребенка и разрешить конфликт.

Делайте вместе, играйте. Много конфликтных ситуаций можно превратить в игру.

Например: «Пока мы убираем, давай представим, что мы семь гномов», «Давай почистим друг другу зубы».

Разряжайте конфликт со смехом.

Например: если ваш ребенок сердится на вас, предложите ему выплеснуть свою злость в подушечной войне с вами. Играйте свою роль, драматично сдвываясь. Смех помогает высвободить гнев и чувство беспомощности.

Заклучайте сделку, ведите переговоры.

Например: если вы хотите уйти с игровой площадки, а ваш ребенок все еще хочет играть, договоритесь, сколько еще раз он может скатиться с горки перед уходом.

Пересмотрите ваши ожидания. Маленькие дети обладают сильными чувствами и потребностями, и поэтому для них естественно быть шумными, любопытными, неряшливыми, упрямыми, нетерпеливыми, требовательными, творческими, забывчивыми, пугливыми, эгоистичными и полными энергии. Постарайтесь принимать их такими, какие они есть.

Делайте себе перерыв. Выйдите из комнаты и сделайте то, что поможет вам восстановиться самообладание, например позвоните другу, поплачьте, примите душ, послушайте музыку.



КОЛЕСНИКОВА О. Н.

Советы ПСИХОЛОГА

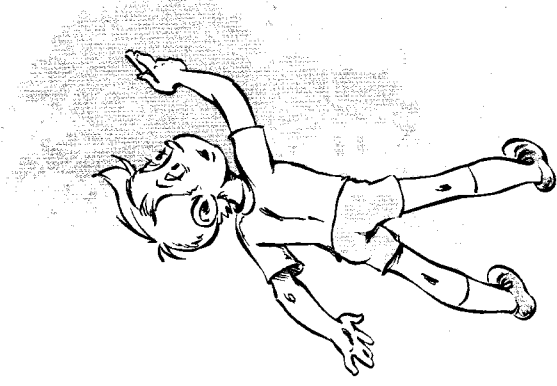
**Авансать
способов
избежать
наказания**





Проклятые правила

- Ищите скрытые потребности.
Например: пока вы ожидаете своей очереди, дайте ребенку во что-то поиграть.
- Дайте информацию и объясните причины.
Например: если ваш ребенок разрисовал стену, объясните ему, почему рисуют только на бумаге.
- Ищите скрытые чувства. Признавайте, признайте и выслушивайте чувства ребенка.
Например: если ваш ребенок бьет младшую сестренку, побудите его выразить свой гнев и ревность способами, не причиняющими боль другим. Можно покрывать.



Направьте поведение вашего ребенка в другое русло.

- Например: если вы не хотите, чтобы ваш ребенок строил крепость в кухне, не говорите только «нет». Скажите ему, где он может ее строить.
- Покажите ребенку, как вы хотите, чтобы он себя вел.
Например: если ваш ребенок тянет кота за хвост, покажите ему, как погладить кота. Не полагайтесь на одни слова.
- Желательно предлагать выбор, а не давать указания. Принятие решения укрепляет детей; указания вызывают противодействие.
Например: «Ты хочешь почистить зубы до или после того, как наденешь пижаму?»



Идите на маленькие уступки.

- Например: «Я разрешаю тебе не чистить зубы сегодня вечером, потому что ты сильно устал».
- Дайте время на подготовку.
Например: если вы ожидаете к ужину гостей, скажите ребенку, как вы хотите, чтобы он себя вел. Будьте конкретны. Ролевая игра может помочь подготовить детей к возможным сложным ситуациям.
- Позвольте случиться тому, что должно случиться (когда это возможно). Не слишком оберегайте и исправляйте.
Например: ребенок, который не повесил свои купальный халат и полотенце, может найти их.

ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВОСПИТЫВАТЬ... (ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ)

Возьмите себя в руки и не горячитесь, присядьте там, где Вам удобно, расслабьтесь и задумайтесь: зачем?

1. Какая цель очередного Вашего воздействия: оно как интервенция или же как освобождение ребенка.
2. Вам хочется навязчиво с ним поделиться опытом или у Вас есть желание скорее протянуть ребенку руку.
3. Вам хочется еще раз подчеркнуть зависимость ребенка или вселить в него уверенность и защищенность.
4. Вам хочется устроить малышу очередной суд – «убить» веру в себя.
5. А может быть Вам хочется «вдолбить» в него какие-то запреты, которые он будет нарушать, давая Вам повод разряжаться на нем.
6. Вам хочется сделать ребенка удобным для себя и прополоть в нем черты характера, все неугодные мгновенно сорвать.
7. А может, Вы собрались посчитать сегодня очередные шалости ребенка.
8. А может, Вы просто рассержены почему-то, разозлены, у Вас потребность - критиковать, негодовать и осуждать.
9. А может, Вы задумали устроить малышу стереотипную очередную порку.
10. А может Вам надо скрыть самих себя за ширмой воспитания.

А может быть ...

- ♥ *Правил и запретов не должно быть очень много.*
- ♥ *Правила и запреты должны быть сформулированы предельно четко и ясно. Утверждение «Телевизор нельзя смотреть долго» – неправильно, потому что «долго» – понятие весьма и весьма относительное. Правильная формулировка такая: «Можно смотреть два мультика в день». Эти слова вполне понятны ребенку.*
- ♥ *Правило должно соблюдаться всегда. Если вы установили правило, вы несете полную ответственность за его соблюдение. Даже если вы очень устали или заняты самыми важными, неотложными делами, вы обязаны «по первому свистку» встать на защиту своего правила. Поверьте, последовательность – великая сила! Даже самый упрямый упрямец довольно быстро привыкает к соблюдению правил, если постоянно убеждается в их твердости.*
- ♥ *Пресекая недопустимое поведение ребенка, сохраняйте спокойствие – признак вашей уверенности. Негромко, но твердо скажите карапузу: «Стой!». Это гораздо лучше, чем восклицать: «нет!» или «нельзя!». Слово «стой», как правило, не вызывает протестной реакции, оно действительно останавливает. Помимо слов, не забывайте задействовать и другие каналы: смотрите малышу в глаза, прикоснитесь к нему. Это поможет отвлечься от того, чем он в данный момент поглощен, и переключить внимание на вас. Теперь вы можете предложить ему какое-то другое занятие.*

Если же эти простые действия не дают немедленного результата и строптивец продолжает двигаться в запретном направлении, вы должны донести до него, что ваша решимость отстоять правило ничуть не слабее, чем его упорство. Сообщите ребенку словами, интонациями, мимикой, что вы не боитесь его ярости и не спасуете перед ней. Пусть он знает: есть случаи, когда брань родителей на измор пронзительными криками и катанием по полу бесполезно – не получится. Никогда не отворачивайтесь от ребенка. Скажите ему: «Я тебе помогу, и ты справишься с гневом. Но правило нужно выполнять».