

Консультация педагога-психолога

Что делать, если ваш ребенок...

Дошкольный возраст — период активного освоения предметного мира и мира человеческих отношений, время познания, энергии и инициативы. Но радость от возросшей самостоятельности ребенка и его способности к диалогу нередко сменяется огорчением и тревогой. Родителей волнуют проявления детской агрессии, случаи лжи и даже... воровства. Предлагаемые в материале памятки помогут родителям понять причины «неправильного» поведения ребенка и справиться с трудной ситуацией.

Обманывает

Некоторые дети начинают обманывать взрослых уже в возрасте 3–4 лет. Когда родители обнаруживают это, они чувствуют тревогу, возмущение и стараются отучить ребенка от «дурной привычки».

Что же скрывается за детской ложью? Как реагировать на обман и как научить ребенка быть честным?

Детская ложь — это способ:

- скрыть свою вину или неудачу;
- избежать наказания;
- выразить враждебность или отомстить родителям за что-либо;
- превзойти взрослого;
- подчеркнуть свою значительность;
- добиться похвалы или проявлений любви;
- оказаться в центре внимания;
- приукрасить действительность, пофантазировать.

Часто родители сами подают детям пример неправильного поведения, например, сообщают воспитателям придуманные причины и пропуска ребенка занятий; просят детей сказать по телефону, что их нет дома; рассказывают о том, как их собственная ложь помогла им в какой-то ситуации. Также к родительской лжи относятся случаи, когда взрослые не выполняют обещания, данные ребенку.

Многие родители, стремясь разоблачить обманщика, начинают «игру» в «сыщика» и «преступника»: проводят расследования, устраивают «очные ставки», ищут доказательства обмана.

Этого не следует делать: в результате «преступник» становится все изобретательнее, а в отношениях между детьми и родителями — все меньше доверия.

Что делать:

- 1) определите причину, по которой ребенок прибегает к обману. Спокойно обсудите случившееся и помогите ему осознать, что есть другие способы разрешить его проблему;
- 2) позаботьтесь о том, чтобы ребенок дома и среди сверстников чувствовал себя комфортно и уверенно;
- 3) будьте честны со своим ребенком — если вы нарушили данное ему обещание, извинитесь перед ним и объясните причины, которые помешали вам выполнить обещанное;
- 4) помните: и взрослые, и дети имеют право на личные тайны. Настойчивый интерес взрослых может подтолкнуть ребенка ко лжи;
- 5) не навязывайте ребенку слишком много правил и запретов — чем больше ограничений, тем больше вероятность их нарушения и последующего обмана из-за страха наказания. Хвалите ребенка, когда он говорит правду (особенно, если сказать ее было нелегко).

Ворует

Среди причин детского воровства можно выделить следующие:

1. Сильное желание получить понравившуюся вещь (как правило, однократный поступок). Встречается у детей дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста. Ребенок осознает аморальность поступка, но не может устоять перед искушением и пытается найти оправдания своему поступку.

2. Недостаток развития нравственных представлений и воли. Основная причина — неправильное воспитание. Ребенок не понимает переживаний «жертвы», не умеет сопереживать другому человеку. Склонен подражать плохому примеру друзей, воровать «за компанию».

3. Желание самоутвердиться. Ребенок хочет обратить на себя внимание, «купить» дружбу сверстников, угощая их купленными на украденные деньги конфетами или делая им подарки.

4. Серьезная психологическая неудовлетворенность ребенка.

Реакция на жестокое обращение или авторитарное воспитание. Реакция на чрезмерное количество запретов и ограничений. Ответ ребенка на неудовлетворение его потребностей. Такое воровство часто имеет «символический» смысл — стремление присвоить себе нечто материальное из-за невозможности «присвоить» (почувствовать) любовь близких людей.

Как реагировать на воровство:

- постарайтесь понять, о чем говорит поведение ребенка, и адекватно отреагируйте и на факт воровства, и на причину, его вызвавшую;

- без угроз расскажите ребенку о своих чувствах, связанных с его проступком;
- сообщите ребенку о необходимости нести ответственность за свои поступки — украденную вещь следует вернуть владельцу. В случае «домашнего воровства» в зависимости от возраста ребенка возможны варианты: отработка украденных денег, отказ от планируемой покупки, лишение развлечений или иной способ возмещения ущерба.

Что делать:

- 1) с детства объясняйте ребенку, что без разрешения нельзя брать чужие вещи;
- 2) обращайтесь к нему на переживания человека, утратившего свою вещь. Разбирайте вместе с ребенком ситуации, связанные с нарушением или соблюдением моральных норм;
- 3) обращайтесь к ребенку на необходимость нести ответственность за свои поступки, на возможность исправить содеянное, на муки совести и на облегчение, испытываемое в результате улаживания проблемы;
- 4) подавайте положительный пример ребенку своим поведением;
- 5) объясняйте ребенку «цену денег», рассказывайте, за что мама и папа получают на работе деньги, как и на что они тратятся, учите планировать бюджет, совершать покупки.

Сквернословит

Как быть, если дети используют в своей речи «плохие» (бранные, неприличные) слова? Рано или поздно с этой проблемой сталкивается большинство родителей.

Причины сквернословия:

- бездумное повторение неприличных слов без намерения оскорбить кого-либо (обычно у детей младшего дошкольного возраста);
- повторение часто употребляемых ругательств за другими людьми из-за их заразной эмоциональности; это способ выразить свои чувства (дошкольный и младший школьный возраст);
- стремление продемонстрировать свою взрослость и независимость (младший школьный и подростковый возраст);
- желание позлить, подразнить взрослого или отомстить ему (подростковый возраст).

Если сквернословит маленький ребенок:

- 1) объясните, что эти слова являются неприличными и оскорбительными для тех, кто их слышит;
- 2) скажите, что некоторые люди настолько несдержанны и невоспитанны, что употребляют бранные слова, желая обидеть или разозлить человека;
- 3) не уделяйте ругающемуся ребенку повышенного внимания — видя, что вы очень встревожены, он может использовать ругань назло вам;
- 4) обратите внимание ребенка на то, что в вашей семье не принято употреблять такие слова;

5) предложите выразить свои чувства другими словами — от междометий («Ой!») до юмористических ругательств («Крокозябра ты этакая!»).

Бесполезно:

- 1) ругать или запрещать;
- 2) бить по губам или заставлять мыть рот с мылом.

Полезно:

- 1) следить за собственной речью — если вы сами при ребенке используете бранные слова, не удивляйтесь, что он начнет их повторять;
- 2) объяснить, что люди используют ругательства в самом крайнем случае — когда от непереносимых чувств (отчаяния, гнева, разочарования) им не хватает слов;
- 3) научить справляться с отрицательными эмоциями;
- 4) научить реагировать на чужую грубость или агрессию.

Разрушает и ломает игрушки, предметы мебели

Косвенная агрессия — агрессия, окольным путем направленная на другое лицо, в том числе топанье ногами, хлопанье дверью, разбрасывание вещей, порча имущества. Некоторые дети рвут книги, ломают мебель и даже устраивают поджоги.

Механизм косвенной агрессии связан с феноменом «переноса». Например, ребенок, которому взрослый не дал конфету (не разрешил смотреть телевизор, не пустил гулять, потребовал выполнения домашних заданий), как правило, не осмеливается открыто проявить свой гнев и «переносит» всю свою злобу на другой объект, попавшийся под руку.

Нередко такое поведение демонстрируют дети, уставшие от запретов и чувствующие сильную агрессию против взрослых. Порой дети из чувства зависти и стремления самоутвердиться уничтожают что-либо, созданное другими людьми (детьми).

Чаще всего в основе желаний ломать, портить и разрушать лежат неуверенность в себе и вражда по отношению к людям.

Советы родителям:

- высказывайте недовольство и раздражение поведением ребенка в достаточно мягкой форме, объясняйте, почему вы не одобряете такого поведения;
- силовое принуждение ребенка к повиновению может вызвать еще большее стремление к разрушениям;
- каждый раз предлагайте ребенку устранить учиненный им разгром: «Ты уже достаточно большой и сильный, чтобы создать беспорядок, поэтому помоги мне убраться» (для детей постарше — «сможешь привести все в порядок»);

- не заменяйте сломанные ребенком игрушки новыми и не спешите убирать обломки — пусть последствия поведения будут наглядно видны;
- давайте детям игрушки, которые можно разбирать и собирать, чтобы они могли удовлетворять свое любопытство;
- подберите детям прочные игрушки, которые трудно сломать.

Дерется

Физическая агрессия — использование физической силы против другого лица.

Обращение с детьми до вспышки агрессии:

- 1) отвлечь, предложить ребенку интересное занятие;
- 2) предложить ребенку игрушку, которую можно мять или кусать;
- 3) физически удержать от нападения;
- 4) дать детям возможность самим разобраться в конфликте (взрослые контролируют события, но не выступают арбитрами).

Почему не следует использовать телесные наказания:

- ребенок может стать робким, нерешительным, неуверенным, пессимистичным;
- ребенок может начать бояться взрослых; со временем неприязнь может перейти в ненависть;
- телесные наказания — это модель агрессивного поведения. Дети могут подражать наказывающим их взрослым.

Обращение с детьми после вспышки агрессии:

- 1) сказать резкое слово драчуну и утешить пострадавшего. Не следует насильно принуждать ребенка к извинению;
- 2) удалить ребенка из комнаты на 1–2 минуты в знак своего неодобрения;
- 3) если ребенок мал, можно взять его крепко за руки, строго и четко сказать: «Драться нельзя!» или «Не кусаться!»;
- 4) ограничить внимание, уделяемое агрессивному ребенку;
- 5) если используется наказание (лишение игрушек или привилегий), то оно должно следовать непосредственно за проступком и быть недолгим по времени — ребенок быстро забудет причину наказания, а гнев и обида на взрослых останутся;
- 6) не отвечать агрессией на агрессию;
- 7) терпеливо объяснять ребенку, чем неправильно его поведение.

Как правильно наказывать детей

Проблема меры строгости в воспитании детей всегда волновала родителей. При этом одни из них опираются на опыт воспитания в собственной семье, транслируя

его в новое поколение, другие ищут ответы в психологической и педагогической литературе.

Принципы применения наказаний

В последние десятилетия популярностью среди родителей во всем мире пользуются подходы к воспитанию детей Б. Спока. Американский педиатр стал проводником идеи гуманного отношения к детям, требующего уважения и признания их естественных потребностей, отрицающего всякое насилие над их психикой, исключая наказания.

Однако при всей привлекательности такого принципа все чаще звучат голоса, обвиняющие Б. Спока в том, что с его помощью было выращено целое поколение непочтительных, непослушных и безответственных людей. Как пишет в своей книге «Непослушный ребенок» соотечественник Б. Спока психолог Д. Добсон, в последние годы известный педиатр серьезно пересмотрел свои взгляды на воспитание в пользу необходимости твердой дисциплины. Он пришел к выводу, что безграничная снисходительность родителей, потакание детским прихотям не только не позволяют избегать конфликтов, но и делают их неизбежными.

У детей не формируется представление о границах дозволенного, складывается эгоистичное и неуважительное отношение к другим людям. Сказанное вовсе не означает призыв к палочной дисциплине и жестокости. В этой же книге Д. Добсон формулирует **шесть основных принципов**, опираясь на которые родителям следует решать для себя вопрос о наказании детей:

- 1. Установить границы, затем требовать их соблюдения.** Сами родители должны для себя определить, чего они хотят, а чего не хотят. Ребенок, в свою очередь, тоже должен знать, что приемлемо в его поведении, а что нет. Только при таком условии наказание будет восприниматься им как акт справедливости. Иными словами, не установив правила, родители не могут требовать их исполнения.
- 2. Отвечать уверенно и решительно на вызывающее поведение.** Если ребенок демонстрирует явное неповиновение, идет на открытый конфликт, необходимо решительно и уверенно «принять бой». Беспомощность взрослого лишает его авторитета в глазах детей.
- 3. Отличать детское своеволие от безответственности.** Это означает, что ребенка нельзя наказывать за непреднамеренный поступок. Если он забыл выполнить просьбу взрослого или просто не понял его требования, не следует его наказывать. Нельзя предъявлять к детским памяти и интеллекту такие же требования, как к взрослым. Детская безответственность — совсем не то же самое, что злостное непослушание, она требует более терпеливого отношения.
- 4. Прибегнуть к утешениям и объяснениям, когда конфликт исчерпан.** Ребенок почти всегда тяжело переносит наказание. Он чувствует одновременно свою вину,

растерянность, покинутость. После истечения срока наказания следует восстановить с ним мирные отношения. Для этого можно обнять ребенка, приласкать, сказать, что он по-прежнему любим и что наказывать его было неприятно. Нужно еще раз объяснить, почему он наказан и как ему следует себя вести в следующий раз.

5. Не требовать невозможного. Родители должны быть уверены в том, что ребенок в действительности может исполнить то, что от него требуется. Нельзя наказывать его за то, что он намочил постель или сломал часы, с которыми они сами дали ему поиграть. Наказание в данном случае может спровоцировать неразрешимый внутренний конфликт ребенка.

6. Любовь как руководство к действию. Промахи, ошибки и конфликты неизбежны в любом воспитательном процессе. Мерилом здоровых отношений с детьми являются любовь, теплота, искренняя забота. Только они могут оправдать необходимость строгости и дисциплины.

Как видно, описанные принципы сужают область применения наказаний и основываются на любви и ответственности родителей за будущее детей.

Наказание маленьких детей

Добсон Д. не советует шлепать детей, которым еще нет полутора лет, — пусть даже очень нежно. Но и более старших детей наказывать следует лишь в самых крайних случаях — когда они сознательно демонстрирует неповиновение.

Наказание в психологии означает действие, которое совершается с целью уменьшения (по крайней мере временно) вероятности того, что какое-либо поведение наказанного повторится. Предполагаемая цель наказания — побудить человека не вести себя определенным образом.

Если наказания никак нельзя избежать, оно должно следовать сразу же за проступком. Детская память коротка. Родителю, решившему по возвращении домой с работы отшлепать провинившегося днем ребенка, следует иметь в виду, что его праведный гнев он не поймет. Калейдоскоп событий дня к тому времени уже сотрет из детской памяти дневное происшествие, и наказание не вызовет в нем ничего, кроме обиды.

Дети в возрасте от года до полутора лет, стремясь исследовать все, что их окружает, нередко портят вещи и даже наносят вред самим себе. Прежде чем сердиться, нужно вспомнить, что ими движет познавательная потребность, а не сознательное стремление навредить или сделать кому-то назло. Невозможно требовать от полуторагодовалого ребенка того, чтобы он вел себя, как пятилетний, помнил и выполнял все требования. Нельзя его наказывать за такое поведение, которое естественно вытекает из потребности в познании окружающего мира. В противном случае он может вырасти вялым и малоинициативным.

Ко многим потерям следует относиться философски, спокойно, потому что они неизбежны. Большинство из них несложно предотвратить. Когда малыш с размаху бросает на пол хрупкую чашку, и она со звоном разбивается вдребезги, он удивляется, пугается и расстраивается. Было бы лучше вообще не давать ребенку столь хрупкий предмет или заменить его эмалированной кружкой. Однако, когда несчастье уже случилось, непонимающая состояния малыша мать может начать ругать его, говоря, к примеру, что у него никогда больше не будет такой красивой чашки. Тем самым она в качестве наказания пытается внушить ему чувство вины, мешающее жить не только взрослым, но и детям. Вместо этого можно было бы сказать ребенку: «Ты видишь, хрупкие предметы разбиваются, если падают. Постарайся держать чашку крепче, а лучше давай возьмем более прочную чашку, которая не бьется».

Объясняя причины событий, родители учат маленьких детей предусматривать последствия их действий и понимать связь различных, пока еще разрозненных в их сознании явлений.

Проблема несправедливых наказаний

Справедливым можно назвать такое наказание, которое ребенок получает, нарушая правила, хорошо ему известные, обдуманное родителями и обсужденное с ним. При несправедливом наказании ребенок не понимает его смысл и чувствует искреннюю обиду, а родители — вину.

Каждый случай плохого поведения ребенка индивидуален. Даже при внешнем сходстве подобные случаи могут иметь различные основания. Рассмотрим некоторые ситуации, в которых ребенок получает незаслуженное наказание, и попытаемся понять, как их исправить.

1. Дети не понимают, чего от них хотят взрослые. Рассмотрим пример. Ребенок высыпает на пол из шкатулки содержимое и играет с ним. Мать наказывает его и говорит, что нельзя прикасаться к шкатулкам. У ребенка шкатулка ассоциируется с конкретной коробочкой зеленого цвета. И он больше к ней не прикасается. Но на следующий день мать застаёт его за тем же занятием уже с другой, синей шкатулкой. Ребенок получает предписание, смысл которого ему непонятен. Ведь он выполнил просьбу матери и больше не трогал зеленую шкатулку.

Из этого примера видно, насколько могут расходиться смысл родительских требований и то, как их понимает ребенок. Он выполнил то, что просила мать, — не стал играть с зеленой шкатулкой, однако не понял сути ее запрета, т. к. у маленьких детей еще не развиты абстрактное мышление и способность обобщать.

Как следовало бы поступить в этом случае? Необходимо объяснить ребенку, что нельзя играть со шкатулками и высыпать из них на пол независимо от того,

какого они цвета — т. е. максимально конкретизировать описание тех действий, которые считаются неприемлемыми.

2. Ребенку не хватает положительного внимания со стороны родителей. Это может быть следствием повторяющегося наказуемого поведения. В данной ситуации родителям следует обсудить с психологом установки, имеющиеся у них в связи с этим, и найти индивидуальный стиль взаимодействия с ребенком в ситуациях, когда он ищет их внимания.

3. Родители несправедливо наказывают детей под влиянием собственного внутреннего состояния. Это могут быть раздражение, усталость и т. д., вызванные не самими поступками ребенка, а ситуациями, например на работе. В таких случаях, как правило, родители наказывают ребенка за действия, на которые они обычно не обращают внимания, — за то, что не убрал игрушки, например. Подобное непоследовательное поведение взрослых только путает ребенка.

Что предпринимать в подобных случаях? Психолог может помочь родителям взять под контроль их плохое настроение и вызванное им поведение, а также поработать над разрешением личных проблем.

4. Родители наказывают ребенка из-за сложной семейной ситуации. Типичный пример: семья на грани развода, ребенок всеми доступными ему средствами пытается ее сохранить. Своим неприемлемым поведением он отвлекает внимание родителей от их проблем, тем самым вынуждая объединиться.

Как поступать в таких случаях? Родителям стоит обратиться к психологу для выработки линии своего поведения. Если развод действительно неизбежен, психолог поможет пережить его с минимальными душевными потерями как родителям, так и ребенку. Если в семье хроническое психологическое неблагополучие по иной причине, то психолог может помочь наладить семейную обстановку, что непременно положительно отразится на поведении ребенка.

5. Ребенок нелюбим. Это еще одна причина несправедливых наказаний, наиболее трагичная из всех. Причины этому могут быть разными: женщина не хотела иметь детей, но «так вышло»; ребенок не того пола, какой ждали родители; он похож и внешне, и характером на кого-то из нелюбимых родственников; ребенка не принимает отчим или мачеха, и т. д.

Не многие родители могут признаться себе в нелюбви к ребенку, но те, кто находит в себе силы для этого, получают шанс изменить если не отношение, то свое поведение с ним. Нельзя сомневаться в том, что родители, сумевшие признать свое негативное отношение к ребенку, если таковое имеет место, сделали первый шаг к исправлению ситуации. Их резерв — чувство родительского долга.

Что делать в этом случае? Таким родителям обязательно потребуется помощь психолога. Он поможет установить контроль над их поведением по отношению

к ребенку, а также разобраться с глубинными проблемами и чувствами. Каждый подобный случай требует от психолога индивидуальной работы.

Зачем нужны наказания детей

Если ребенок уверен, что он может натворить что угодно и ему за это ничего не будет, то он не научится различать границы между добром и злом, между собственным удовольствием и чужой болью. Наказывать необходимо — в некоторых случаях только этот метод позволяет ребенку почувствовать границы дозволенного, сохранить родительский авторитет и воспитать в нем ответственность. Приведем правила, которым родители должны следовать, наказывая ребенка.

Памятка для родителей

Как правильно наказывать ребенка

1. Любое наказание должно быть справедливым.
2. Даже будучи наказанным, ребенок должен быть уверен в том, что он не остается без родительской любви, его по-прежнему любят.
3. Ни одно наказание не должно лишать ребенка возможностей для удовлетворения биологических и физиологических потребностей.
4. Ребенок должен знать, за какие проступки последует наказание и в какой форме.
5. Наказание ребенка должно носить временный характер. Например: «Ты лишаешься возможности играть в компьютер ровно на три дня».
6. Наказание должно касаться только поведения или конкретного поступка ребенка, а не его личности. Следует избегать оскорблений и приклеивания ярлыков.
7. При наказании ребенка нельзя напоминать ему о его прежних проступках. Следует говорить с ним только о том, за что он наказан именно сейчас.
8. Нужно быть последовательным в требованиях, предъявляемых ребенку. Не следует прибегать к наказаниям от случая к случаю.

Памятка для родителей

Основные законы воспитания

1. Закон подражания. Родитель — авторитет для ребенка. Ребенок подражает вам, т. к. считает все ваши поступки правильными. Поэтому совершенствуйтесь, чтобы стать примером для него.

Научите ребенка общаться, познакомьте с правилами хорошего тона. Придерживайтесь в семье одинаковых требований к нему, будьте терпимыми к его непосредственности.

Найдите золотую середину между репрессией по отношению к ребенку и вседозволенностью. Не делайте его инструментом своего настроения и чувств.

2. Закон безусловной любви. Это значит любить ребенка не за поступки, слова, не за то, что он умный, красивый и так далее, а за то, что он просто есть! От этого зависит, вырастет он оптимистом или пессимистом, сможет ли противостоять жизненным трудностям. Если, на ваш взгляд, ребенок делает что-то не так, выражайте недовольство его отдельными действиями, но не ребенком в целом.

3. Закон уважения. Общение не может строиться на основе авторитарного давления на ребенка. Оно не подчиняется формуле «Взрослый всегда прав, потому что взрослый». Ребенок стремится к равноправию и не понимает, почему взрослым можно, а ему нельзя. Общаясь с ребенком, относитесь к нему, как к равному вам человеку.

Речь детей лучше развивается в атмосфере любви и спокойствия. Разговаривайте с ребенком, внимательно его слушайте.

Ваша задача показать целесообразность и полезность своих требований. Поэтому лучше использовать не требование-запрет, а требование-объяснение.

4. Закон материнской интуиции. Если не знаете, как поступить — слушайте свое сердце.

5. Закон подсознательного ожидания. Не беспокойтесь о ребенке, и с ним ничего не случится. У ребенка высоко развит инстинкт самосохранения. Старайтесь думать о хорошем.

6. Закон доверия. Доверяйте ребенку, и он станет более ответственным. Чрезмерная опека сделает ребенка безответственным.

7. Закон «рука об руку». Ребенок должен постоянно чувствовать вашу поддержку, должен знать, что вы в любое время придете к нему на помощь.

Найдите время, чтобы вместе поиграть, погулять, почитать любимую книгу. Помните о необходимости совместной с ним деятельности. И это поможет вам воспитать доброго, отзывчивого, самостоятельного человека.

8. Закон раннего старта. «Учи ребенка пока он поперек лавки лежит». Первый год жизни — главный период, когда у малыша складывается впечатление о мире и формируются основы поведения. Поэтому основное воспитание ребенку необходимо давать в возрасте до трех лет.

9. Закон «право на ошибку». Важно уметь выслушать ребенка. Каждый человек имеет свое мнение, ребенок тоже. Ваша задача: если ребенок не прав, убедить его согласиться с этим, если не правы вы сами, уметь признать свои ошибки.

Обязательно по-хорошему спорьте с ребенком, учите его доказывать, отстаивать свое мнение и вместе с тем развивайте умение соглашаться, прислушиваться к мнению других.

Мы можем только помогать ребенку во всех его начинаниях, иногда можем дать совет, но при условии, что он сам этого попросит. Но выбор он делает самостоятельно. Порой он будет неверным, но тогда это будет хорошим жизненным уроком, который сделает малыша сильнее.

10. Закон открытой ладони. Не угрожайте, не применяйте физическое или эмоциональное насилие, а также не обещайте ребенку наград.

Контроль за выполнением требования должен быть скрыт от ребенка, чтобы у него не возникало сомнения, что вы ему не доверяете. Похвала, награда должны быть результатом выполнения требований.

Памятка для родителей

Как преодолеть трудности поведения ребенка

1. Устанавливайте правила. Правила должны быть изложены четко и определенно (например, все должны мыть руки перед едой, убирать игрушки). Правила надо вводить последовательно. Они должны соответствовать уровню развития ребенка, его возрасту.

2. Избегайте конфликтов. Разумеется, если ребенок ведет себя плохо, он нуждается в строгом воздействии. Однако вы можете предусмотреть возникновение многих конфликтов и избежать их. Если убрать хрупкие и опасные предметы подальше от ребенка, там, где он не достанет, то не будет необходимости весь день твердить ему: «Не трогай, положи на место». Признайте, что иногда вы сами создаете конфликтные ситуации, например когда ребенок отказывается есть. Он уже достаточно созрел, чтобы иметь собственные желания. Если на него давить, это только усилит его сопротивление. Лучше всего — похвалить ребенка, когда он ест хорошо, и не сердиться на него, если он отказывается от какого-нибудь блюда.

3. Обсуждайте с ребенком его поведение. Например, скажите: «У тебя есть привычка разбрасывать вещи (игрушки) по дому. Мне приходится перешагивать через них. Что мы будем с этим делать? Может, ты сам сможешь мне решить, что будет, если ты не уберешь свои вещи (игрушки)?»

4. Используйте тайм-ауты. «Тайм-аут» — прекрасный способ ограничить действия ребенка, не причиняя ему эмоциональной травмы. Он даст как ребенку, так и вам возможность успокоиться и избежать конфликта. Выделите стул или кресло («тихий стул», «тихое кресло»), на которые вы будете отправлять ребенка в момент обострения ситуации и где он сможет отдохнуть и подумать. Не используйте для «тайм-аутов» просто комнату, где полно всяких игрушек и интересных вещей, с которыми ребенок может поиграть во время наказания. Важно действовать незамедлительно, чтобы он понял связь между своим

поступком и «тайм-аутом». Время на раздумье — 3 мин. После перерыва ребенок возвращается к игре. Не следует его больше ругать или как-то напоминать ему о возникшем инциденте.

5. Исключите эмоции, не читайте нотации и не спорьте, когда призываете ребенка к порядку. «Таня, я не собираюсь с тобой спорить. Бить других детей нехорошо, я хочу, чтобы ты сейчас подумала о своем поведении. Иди посиди немного в „тихом кресле“». Дети должны знать, что любое действие имеет последствие. Хорошие поступки — похвала, одобрение, плохие — наказание. Если ребенок кричит и ведет себя плохо, можно продлить время пребывания в «тихом кресле» (но не более 5–6 мин). Когда время наказания закончится, не забудьте спросить ребенка, понял ли он, за что его отправили на «тихое кресло».

6. Хвалите ребенка. Похвала — это передача ему ваших ожиданий. Полезно, чтобы ребенок знал, за что конкретно его похвалили. Лучше сказать «Мне нравится, что ты поделился игрушкой», чем выразится менее понятно — «Ты хороший мальчик». Похвала развивает у ребенка чувство уверенности в своих силах. Уверенный в себе ребенок легче переносит замечания, он понимает, что они касаются его поведения, а не личности.

7. Следите за своим поведением, показывайте хороший пример. Дети очень наблюдательны и копируют поведение родителей. Если вы кричите — так же будет делать ваш ребенок. Он употребляет слова, которые слышит от вас, подражает вашему поведению. Для дошкольника родители — самое главное, поэтому он считает, что все, что они делают, это хорошо.

8. Чаще играйте с ребенком. Игра укрепит доверительные отношения, позволит вам ненавязчиво, без нравоучений и конфликтов развивать ребенка, лучше понять его. Любите его, хвалите за каждую мелочь, и он ответит вам тем же.

9. Стимулируйте развитие взрослых черт поведения: научите ребенка говорить о своих желаниях, разговаривать, общаться, стремиться объяснить и понять. Не берите его на руки, когда он капризничает, лучше опуститесь так, чтобы его и ваши глаза были на одном уровне, и спросите: «Чего ты хочешь? Не плачь, а скажи» или «Успокойся! Давай поговорим».

10. Учите и учитесь договариваться, находить компромиссы. На прогулке ребенок заявляет о желании еще погулять: «Хорошо, мы погуляем еще 10 минут. Когда я подойду к тебе и позову, мы пойдем домой. Договорились?» (на уровне глаз ребенка). Дочка не хочет вставать утром, устраивает капризы — не возмущайтесь, а лучше предложите: «Давай договоримся так. Вот будильник. Сейчас ты еще немного полежишь. Но когда большая стрелка дойдет до пяти, ты сама быстро встанешь с кровати и соберешься». Таким образом, вы немного уступите, дав ребенку еще полежать, и позволите ему самостоятельно контролировать время.

12. Общайтесь с ребенком, как со взрослым. Беседуйте с ним, рассказывайте о себе и своих чувствах, о том, что видели по дороге домой, во время одевания в детском саду.

13. Устанавливайте правила и границы дозволенного, в том числе и наказания. Ребенок должен понимать, что в жизни есть не только «хочу», но и «надо». Он должен руководствоваться не только своими желаниями, но и желаниями и потребностями других членов семьи. Чаще всего капризничают дети в семьях, где:

- между взрослыми нет согласия и единства;
- требования родителей не последовательны.

Будьте последовательны и строги в своих требованиях, иначе слезы и истерики будут способом добиться своего. Ребенок быстро распознает, что значат мамины угрозы: пустые слова или их следует сразу выполнять — поэтому не угрожайте ребенку и не шантажируйте его («Если ты... то...»). Прежде чем что-то запретить, решите, готовы ли вы спокойно вынести каприз.

14. Используйте игру. Попросите одеть мишку или собрать в детский сад куклу, обратитесь от их имени к ребенку, играйте в детские сказки и мультики, устройте соревнование во время сбора игрушек — кто последнюю игрушку положит, тот и выиграл.

15. Стимулируйте и развивайте самостоятельность, творчество ребенка. Это возможность для него проявить свою активность, настойчивость, независимость и в то же время снять напряжение. Дайте ребенку роль «консультанта»: «выбери себе чашку», «посмотри, чистое ли у меня лицо». Используйте «полезные вопросы»: «Ты наденешь колготки красные или желтые?», «Что тебе приготовить — яичницу или хлопья с молоком?», «Почему ты это хочешь?», «А чем бы ты хотел заняться (при отрицании других предложений)?».

Разнообразьте опыт общения ребенка со взрослыми, включайте его в общее дело и при этом незаметно помогайте и громко радуйтесь самостоятельности. Чем содержательнее жизнь ребенка, тем меньше времени и сил остается на капризы.

Составлено по материалам журнала

«Справочник педагога-психолога. Детский сад»

Педагогом-психологом Ворониной С.В.