

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ОТ РЕБЕНКА

Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.

Не бойтесь быть твердым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.

Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.

Не будьте непоследовательным. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.

Не давайте обещаний, которых вы не можете исполнить, это поколеблет мою веру в вас.

Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только за тем, чтобы просто расстроить вас. А то я попытаюсь достичь еще больших «побед».

Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу». Я не имею это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.

Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».



Детей учит то, что их окружает

- Если ребёнка часто критикуют – он учится осуждать
- Если ребёнку часто демонстрируют враждебность – он учится драться
- Если ребёнка часто высмеивают – он учится быть робким
- Если ребёнка часто позорят – он учится чувствовать себя виноватым
- Если к ребёнку часто бывают снисходительны – он учится быть терпимым
- Если ребёнка часто подбадривают – он учится уверенности в себе
- Если ребёнка часто хвалят – он учится оценивать
- Если с ребёнком обычно честны – он учится справедливости
- Если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить
- Если ребёнок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь.



СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ!

Как преодолеть капризы?

Сначала нужно понять причины капризов и упрямства.

Ими могут быть:

- Нарушение режима дня
- Обилие новых впечатлений
- Плохое самочувствие во время болезни
- Переутомление (физическое, психологическое)



Преодолеть капризы можно, если:

- Все члены семьи будут иметь единые требования к ребенку
- Будут тверды в позиции, дадут понять значение слова «нельзя»
- Научат ребенка хотеть, т.е вырабатывать настойчивость в достижении цели.
- Будут развивать у ребенка самостоятельность в совместной со взрослыми деятельности.



Советы родителям, чьи дети страдают истериками.

1. Дать возможность играть ребенку вне дома, где Вы можете не следить за ним строго.
2. иметь дома предметы, которые ребенок может толкать, носить, т.е с которыми может обращаться достаточно бесцеремонно.
3. Иметь достаточно игрушек и предметов домашнего обихода для игры.
4. Реже запрещать ребенку все трогать.
5. Не просить его, например, подойти надеть рубашку, а просто надеть ее на него.
6. Не прерывать бесцеремонно игру ребенка.
7. Укладывать ребенка спать в одно и то же время.
8. Давать смотреть ребенку только определенные программы телевидения, а не все подряд.
9. Приглашать в гости друзей только по определенным дням.



Я хочу!!!

Да здравствует детское "хочу"! Это истошно-надрывное или заискивающе-протяжное "хочу", которое поднимает бурю эмоций, грубо дергает истерзанные родительские нервы, вызывает непреодолимое желание убежать, спрятаться, оглохнуть.

Как правило, реакции на детское "хочу" относятся к крайностям: "Да, да, мой хороший, ты сейчас же это получишь", либо: "Мало ли чего ты хочешь!". Есть еще одна, бьющая наповал, действующая как хлорка на все живое: "Мне лучше знать, что тебе надо!" После этой дезинфекции слабый росточек "я хочу" пробивается все реже и реже. И, наконец, совсем вырождается. Пустая душа без желаний, без мечты, без воздушных замков, а значит, и без надежды на лучшее.

Так как же поступать с детским "хочу"? Неумное выполнение всех желаний делает жизнь приторной и ребенок уже желает "по инерции". Он не понимает, что нужна ему не яркая безделушка, а ваше внимание, которое, как известно, в детстве "равняется любовь". А вам так легче - купить, откупиться. Или же ваши отказы стали такими же автоматическими, сколь риторическими просьбы ребенка? А ведь наравне с "хочу шоколадку", "хочу на качели", "хочу купаться", появляются "хочу почитать", "хочу добиться", "хочу подумать"... Может быть, задуматься?



ПОЛЕЗНЫЕ ВОПРОСЫ ДЕТЬЯМ:

Какую ты хочешь куртку (носочки, рюкзак, зонтик и т. д.), желтую, красную или фиолетовую (с полочками или с узором, с молниями или на кнопках, с рюшами или без)? - все, что не отличается по цене, но учит ребенка делать выбор.

Я могу приготовить тебе завтрак из молока, яиц или овощей. Что бы ты хотел? Вы ведь задаете сами себе вопрос: чего бы я сейчас съела? Почему бы не спросить об этом ребенка, даже если ему 3-4 года.

Ты хочешь, чтобы тебе на день рождения подарили что-то конкретное или сюрприз? Мой ребенок всегда выбирает сюрприз. Он доверяет нашему вкусу, а мы знаем о его пристрастиях.

Ты счастлив (рад, доволен)? Когда у ребенка появилось что-то долгожданное или исполнилось желаемое. Важна интонация - недопустимы насмешка и раздражение.

Почему ты этого хочешь? Это вопрос ради ответа, а не для того, чтобы показать ребенку, что его желание - блажь. Можно спросить даже у малыша и помочь ему осознать его желание.

А чем бы ты хотел заняться? При отказе вместе почитать, погулять или сходить в гости к бабушке.

Учитеесь договариваться, находить компромиссы. Ведь вы старше, а значит - мудрее.



"ЧТОБЫ РЕБЕНОК СЛУШАЛСЯ"

СОВЕТЫ А.С. МАКАРЕНКО

Чтобы ребенок Вас слушался, нужно следить за тем, чтобы Ваше распоряжение удовлетворяло следующим требованиям:

- Оно не должно отдаваться со злостью, с криком, с раздражением, но не должно быть похоже и на упрашивание.
- Оно должно быть посильным для ребенка, не требовать от него слишком трудного напряжения.
- Оно должно быть разумным, т.е. не должно противоречить здравому смыслу.
- Если распоряжение отдано, то оно должно быть обязательно выполнено.
- Там, где Вы должны требовать, никаких теорий не должны разводить, а должны требовать и добиваться выполнения Ваших требований.



Если ребенок упрямится

Причинами такого поведения далеко не всегда является личная особенность ребенка. Чаще всего, это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентирующих, лишающих ребенка инициативы и самостоятельности. Подумайте, прежде чем предпринимать «ответственные меры».

Что значит упрямиться? Проанализируйте примеры упрямства. Спросите других членов семьи, воспитателей, как отзывается ребенок на их просьбы и предложения.

Как быть

- Если все дело в ваших действиях — начинайте с себя. Пересмотрите ваши собственные требования к послушанию ребенка. Определите ему достаточное пространство для проявления самостоятельности, инициативы.
- Измените свой словарь. Исключите слова, подчеркивающие негативные стороны действий ребенка: «опять ты упрямысь», «делаешь мне зло» и т.д. Напротив, используйте слова, подчеркивающие эффективность действий, инициативы ребенка: «Ты решил сам надеть ботинки и у тебя все получилось», характеризующие его лучшие стороны и достижения: «я так рада, что ты не забыл положить щетку на место», «я любуюсь твоими игрушками — там такой порядок». Кому же не захочется повторять и повторять свои хорошие действия, если мама их видит и так приятно оценивает?
- Попробуйте разобраться, что не любит ребенок, и чем совершенно безболезненно для ребенка и вашего родительского авторитета это можно заменить. Например, ребенок категорически отказывается от купания в ванне. Нельзя ли заменить омовение душем? Или спросить, что может сделать купание в ванне приятным?
- Не пытайтесь переупрямить упрямца. Вы можете сдаться быстрее, и тогда он и в другой раз найдет, как применить свою власть над вами.
- Причинами такого поведения далеко не всегда является личная особенность ребенка. Чаще всего, это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентированных, лишающих ребенка инициативы и самостоятельности.



РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ

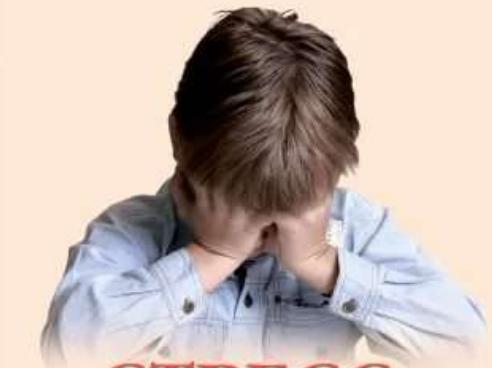
- 1 Формируйте у детей правильное отношение к себе и окружающему миру: взаимодействию с другими людьми, успехам и неудачам, оценке собственной деятельности
- 2 Создавайте ситуации успеха, с помощью которых ребенок сможет поверить в себя
- 3 Давайте ребенку посильные задания, не требуя выполнения слишком сложного для него поручения
- 4 Ставьте перед ребенком реальные и определенные цели (лучше учиться, выполнять правила поведения, вовремя делать уроки и др.)
- 5 Позвольте ребенку быть самостоятельным



- 6 Играйте вместе с ребенком, т.к. игровые методы работы с предметами, игрушками формируют более тесный эмоциональный контакт
- 7 Применяйте психотерапевтические методы: сказкотерапия, песочная терапия, арт-терапия
- 8 Помните, что улучшению самочувствия ребенка способствует тактильный контакт как элемент телесной терапии: обнять, погладить, успокоить и т.д.
- 9 Заботьтесь о физическом и психическом здоровье ребенка. При необходимости обращайтесь к специалистам: врачу-педиатру, психотерапевту, психологу



Помните!
**Умение противостоять стрессам –
одно из условий душевного
благополучия ребенка**



СТРЕСС У ДЕТЕЙ

«Лучший способ сделать детей хорошими – это сделать их счастливыми»

Оскар Уайлд

