

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 275»

Консультация для родителей
«Как полюбить трудного ребенка»

Составитель:
Старший воспитатель: Бобкова Л.А.

Редких родителей не выводит порой из себя ребенок. Однако некоторые дети кажутся неуправляемыми от природы и плохое поведение для них – норма.

ХОРОШИЕ РОДИТЕЛИ

Строптивость, капризы, ничем необъяснимое упрямство таких детей могут вызывать у родителей не только приступ гнева, но иногда и враждебности. При одной только мысли о подобном отношении к собственному ребенку у любящих родителей появляется чувство ужаса. Но это нормальная реакция и с этим можно справиться.

Во-первых, абсолютно недопустимо думать и тем более говорить вслух, что вы не любите своего ребенка. А прежде чем помочь своему чаду изменить поведение, родители должны отбросить эмоции, чтобы четко увидеть стоящую перед ними конкретную проблему.

По большому счету, все родители в той или иной степени испытывают двойственное чувство к своим детям – хотя большинство из них боится даже признаться себе в этом. Произнести вслух, что ваш ребенок недостоин любви – равнозначно признанию своей родительской несостоятельности, считают американские психологи.

“Это то же самое, что получить неудовлетворительную оценку в своей родительской зачетной книжке”, – заявляет Джейн Григ, специалист по вопросам семьи и брака из Нью-Йорка.

Родителям трудно привыкнуть к мысли, что их можно вывести из себя. Всех с детства учат, что неумение владеть своими отрицательными эмоциями – это плохо. Поэтому каждый раз после вспышки гнева вы испытываете чувство вины. Но, когда дети плохо себя ведут, открыто не повинуются и игнорируют вас, очень трудно поверить, что они делают это не специально. Когда ребенку 4 года, вы можете дать более или менее разумное объяснение его упрямству (“он еще не понимает”). Но когда ему 14, вы абсолютно уверены, что он уже все понимает или, по крайней мере, должен понимать. “Я видела многих обиженных, подавленных и растерянных родителей, – говорит Нэнси Самалин, руководитель Центра работы с родителями в Нью-Йорке. – Они уверены, что дети умышленно их раздражают, перечат им и спорят”.

Конечно, если плохое поведение ребенка вы принимаете на свой счет, строить с ним отношения становится очень трудно. И чем он старше, тем сложнее это сделать.



Постоянные неудачи и переживания родителей по этому поводу могут стать причиной страха, что вся ответственность за возникшие с ребенком проблемы целиком лежит на них. Многие отцы, однако, предпочитают всю вину за антисоциальное поведение ребенка переложить на мать.

“У большинства из нас, еще до того как мы станем родителями, уже имеются определенные представления о том, какими мы будем родителями и как мы будем воспитывать своего ребенка, – говорит врач Мелани Кацман, специалист из медицинского центра в Нью-Йорке. – А когда ребенок не оправдывает наших ожиданий, разрушается наше чувство родительской ответственности”.

Специалисты считают, что для решения проблемы родители должны поставить себя на место своих детей. Потребуется много времени, чтобы сделать даже незначительный шаг вперед в изменении поведения трудного ребенка.

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК – ЛИЧНОСТЬ

“Понимая умом, многие родители с трудом осознают это эмоционально, – говорит врач Роберт Музыкантов, психолог из больницы Линден Оукс, штат Иллинойс. – У них естественное желание защитить свое чадо и им трудно признать тот факт, что у ребенка могут возникнуть проблемы, в решении которых они не в состоянии ему помочь. А ведь иногда надо просто отойти в сторону и не вмешиваться в его дела”.

Вспомните хотя бы время, когда ребенок только родился. Всегда ли вам удавалось прекратить его плач? Легко ли было вам заставить его съесть кашу? И сейчас вы не сможете запереть его в комнате, чтобы заставить делать уроки. Пока поведение ребенка не противоречит закону или действительно не становится опасным для его здоровья, лучше просто наблюдать за естественным развитием событий.

ПРОЯВЛЯЙТЕ СВОИ ЧУВСТВА В ТАКОЙ ФОРМЕ, ЧТОБЫ РЕБЕНОК ХОТЕЛ ИХ ПРИНИМАТЬ

Дайте понять ребенку, что несмотря на его плохой поступок или дерзкое

поведение, вы все равно его любите. Как бы вам ни хотелось уломать ребенка и заставить его сесть за учебники, как бы вы ни негодовали по поводу отказа помочь вам что-либо сделать, помните – реальные перемены в его поведении возможны лишь в том случае, если вы найдете в нем единомышленника.

Называя его глупым и ленивым или требуя: “Пора повзрослеть и вести себя соответственно возрасту”, – вы тем самым вызываете в нем чувство обиды и унижения, что еще больше усложняет ваши отношения.

Старайтесь, выражая свое негодование его поведением, не принижать человеческое достоинство и самолюбие ребенка. Вы никогда не завоюете его уважения и доверия обвинениями или наказаниями. И если вы критикуете ребенка за несносный характер, а не за плохое поведение, он займет глухую оборону и с ним будет еще труднее договориться.

НЕ БОЙТЕСЬ ОГРАНИЧИВАТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ

Однако признание того, что ваш ребенок самостоятельный человек, отнюдь не означает, что ему все дозволено. Вам необходимо четко сформулировать свои пожелания, правила поведения и неукоснительно придерживаться их, не впадая в излишнюю строгость. Когда ваш капризный 5-летний ребенок на практике определяет границы дозволенного, вы проявляете благоразумие; проявляйте такую же дипломатичность со строптивым 15-летним подростком, который не хочет открывать учебник. Если вы будете слишком сильно давить на него, дерзкий ребенок и впредь не захочет вам повиноваться. Вы также не продвинетесь вперед, если будете требовать от него, чтобы он обещал никогда больше не курить и не пить. Намного действеннее дать ему понять, почему вы не одобряете эти его привычки. Правила должны быть жесткими и последствия за их нарушения четко сформулированными. Найдите способы обсудить со своим ребенком варианты решения всех возникающих проблем и последствия, которые его ждут в случае непослушания: “Ты задумывался о том, что произойдет, если будешь прогуливать уроки? Классный руководитель сказала, что тебя временно могут отстранить от учебы и все лето тебе придется сдавать зачеты и экзамены. А в результате ты не сможешь совершить уже запланированную поездку”.

Вне всяких сомнений некоторые ваши указания должны выполняться без обсуждения, особенно когда это касается вопросов безопасности.



Объясните детям, что если они откажутся вас слушаться, вы будете вынуждены контролировать их поведение, как это делают с маленькими детьми.

НАУЧИТЕ ДЕТЕЙ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СВОИМИ ТРУДНОСТЯМИ

Дети не всегда умеют объяснить, что их волнует и тревожит. Их поведение – иногда единственный способ выразить свои чувства. Поэтому родители должны постоянно пытаться определить причины того или иного поступка ребенка. Плохое поведение может быть также попыткой преодолеть какую-то стрессовую ситуацию. Родителям следует устранить причину детских переживаний и научить ребенка преодолевать трудности.

Как только вы определите причины плохого поведения, вы получите благоприятную возможность помочь ребенку понять себя и свои чувства. Однако помните, что ваши пожелания должны высказываться не в негативной, а в позитивной форме. Не говорите ребенку, что он не должен это делать, скажите лучше, как бы вы хотели, чтобы он себя вел. Будьте терпеливы и ставьте перед ним небольшие и достижимые цели. Поведение не меняется в одночасье. Если у вашего ребенка за целый день было не пять вспышек раздражения, как обычно, а всего две – это уже большой прогресс. Когда вы чувствуете, что не можете самостоятельно справиться с поведением ребенка, без колебаний обратитесь за помощью к специалистам. Опытный психолог поможет вам и вашему ребенку разобраться в своих чувствах и подскажет, как прийти к взаимопониманию.



МОЖЕТ БЫТЬ, ПРОБЛЕМА В ВАС?

Иногда причиной конфликта с ребенком могут оказаться ваши проблемы. Обратите внимание на свое эмоциональное состояние. Может быть, у вас какие-то сложности на работе или вы поругались с близким человеком? А может быть, наблюдая как ваш ребенок постепенно становится независимой личностью, вы чувствуете себя менее нужным ему? В этом случае беседы с другими родителями, учителями в школе или специалистами могут развеять ваши тревоги и подсказать решение проблемы.

С КАЖДЫМ РАЗОМ ВСЕ ЛУЧШЕ И ЛУЧШЕ

Вместо того, чтобы при каждой неудаче выражать свое недовольство и тревогу, попытайтесь увидеть в ребенке прилежного маленького человека, которому вы хотите помочь найти себя.

Можно также пересмотреть надежды, которые вы возлагали на своего ребенка, чтобы не впадать постоянно в отчаяние. Вы должны понять для себя, что несмотря на неприятие поведения вашего ребенка, вы продолжаете его любить.

ГОВОРЯ “НЕТ”, ДЕРЖИТЕ СЛОВО

Все родители знают, что дисциплина должна быть всегда и во всем. Однако об этом принципе легко забывают, когда сталкиваются с отпором со стороны непослушного ребенка. Вот несколько советов управления детьми, которые огрызаются.

* Отделяйте проблему от личности ребенка. Прежде чем добиться взаимопонимания, ребенок должен знать, что вам не нравится его поступок, а не он сам. Вы можете сказать что-то типа: “Я люблю тебя, но ненавижу, когда ты мне лжешь”.

* Твердо и спокойно скажите ребенку, что вы считаете недопустимым в его поведении и каким вы хотели бы его видеть.

* Когда ребенок постоянно отказывается что-то делать, спорит с вами или меняет тему разговора, используйте технику заезженной пластинки – повторяйте свой приказ или предупреждение снова и снова.

* Пытайтесь решать проблемы в духе сотрудничества. Прежде всего сформулируйте основные правила. Выделите определенное время для обсуждения спорных вопросов. Договоритесь относиться друг к другу с уважением. Это значит, что во время разговора нельзя ни кричать, ни иронизировать, ни отвечать грубостями. Далее договоритесь, что в течение определенного времени – скажем, пяти минут – вы можете высказать друг другу все. Когда рассказал один, другой должен повторить все его или ее претензии, чтобы быть уверенным, что они правильно услышаны и осознаны. Затем обсудите сообща пути их решения, по очереди перечисляя все возможные варианты.

* Вы в чем-нибудь пришли к согласию? Пошли ли вы оба на взаимные уступки, чтобы достигнуть компромисса? Практически все дети – 4 им года или 14 – готовы к сотрудничеству, когда их понимают и ведут с ними

диалог.

Если ваш отпрыск не поддается контролю – не отчаивайтесь.

Вы тем не менее можете оказывать на него влияние.

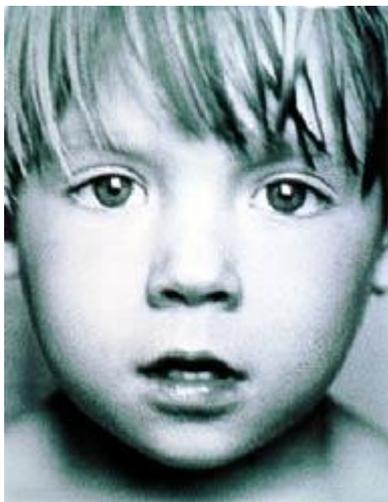
Для этого нужно, чтобы родители видели в своем ребенке потенциального союзника, а не противника.

Журнал МАТЕРИНСТВО

ХОРОШИЕ РОДИТЕЛИ ГЛАЗАМИ РЕБЕНКА

А вы никогда не задумывались над тем, что за нами, родителями, постоянно следят глаза ребенка?

Дети внимательно наблюдают за тем, что и как мы делаем, часто копируя наше поведение и поступки.



“Гляжу...как в зеркало”

Мама – у зеркала. Маленький Вова наблюдает за ней:

– Мама, что ты делаешь?

– У нас сегодня праздник, папин день рождения. И я хочу быть красивой и наряжаюсь!

Так ребенок впервые узнает, что такое праздник и что значит “быть красивой”.

Дети не просто живут среди нас – они взрослеют, набираются от нас опыта, впитывают знания. Не стоит думать, что маленький ребенок еще ничего не понимает. Мамы и папы должны быть очень внимательными и не забывать: ребенок все подметит, запомнит и повторит ваши поступки. Во взрослой жизни очень многое наши дети будут делать так же, как мы, родители: протирать пол, заваривать кофе, ссориться, жалеть, потому что будут считать именно это правильным, верным и идеальным. Если родители критикуют друг друга при ребенке, пусть не удивляются, услышав потом: “Папа не повесил качели потому, что он – лодырь”. И ни за что не объяснить ребенку, что о папе так говорить нельзя. Не желая того, подсознательно дети могут повторить и наши ошибки. Следите за собой: если вы разбрасываете одежду по всей квартире, то вряд ли можете рассчитывать на идеальный порядок в комнате ребенка.

“Я уже большой!”

После достижения 3-летнего возраста в детях просыпается “самостоятельность”. Будьте готовы к тому, что начнутся разногласия, ссоры, конфликты с ребенком. Ваш высокий родительский пьедестал слегка пошатнется. А когда ребенку исполнится 7 лет, смело можно попрощаться со

званием “идеального родителя”. Ребенок начнет серьезно “качать права”. Но не расстраивайтесь, если он вдруг станет неуправляемым. Просто ребенок растет – и очень быстро. В этой ситуации не стоит играть в “начальника” и “подчиненного”. Постарайтесь встать рядом с ним, наравне. Только тогда возможно взаимное доверие и уважение.

Но вполне реально остаться “хорошим” в глазах ребенка на всю жизнь, при этом не сюсюкая, не потакая ему, не идя на поводу и не навязывая ему свое мнение. Как этого добиться? Самое главное – ребенок обязательно должен почувствовать, что вы всегда готовы выслушать его и помочь ему. Позже, научившись анализировать и критиковать конкретные ситуации, он поймет, что папа и мама, как все люди на свете, не идеальны. Они тоже имеют право на недостатки, но всегда примут, поддержат и постараются понять.

“Я – в гневе!”

Ничто так не усложняет взаимоотношения, как ссоры, критика, гнев. Как в конфликтной ситуации с ребенком сохранить родительское достоинство? Ведь от этого зависят наши отношения с ним в будущем, когда он станет подростком, взрослым.

Все родители прекрасно знают, что поведение любимого чада иногда может вызывать настоящий гнев. Не стоит бояться выплеска отрицательных эмоций, вызванных плохим поступком ребенка. Мы имеем на это такое же право, как и на проявление любви. В некоторых случаях соглашательство просто недопустимо – на самом деле оно свидетельствует о безразличии к ребенку, о попустительстве.

С другой стороны, нельзя срывать и беспричинно пропускать через ребенка гневный “электрошок” своего раздражения. Ваш гнев оправдан, если он вызван поведением или проступком самого ребенка. Поэтому очень важно в каждом случае объяснять ему, на что именно вы сердитесь. Рассказывайте о своей реакции на происходящее, например: “Когда я вижу твои вещи и игрушки, разбросанными по всей квартире, мне хочется немедленно выкинуть их с балкона!” Пусть он знает, какие чувства вызывает у вас его непослушание. При этом никогда не затрагивайте личность ребенка. Дайте ему понять, что ваше неодобрение вызывает не он сам, а его поведение и поступки.

Предупреждайте детей о надвигающейся буре, скажите, что вы сердитесь. И будьте последовательны: нельзя не обращать внимание на то, что вас раздражает в его привычках или поведении, когда вам по какой-то причине делать этого не хочется, а потом устраивать сцену.

Кнут или пряник?

Другой камень преткновения в отношениях родителей с детьми – наказание. Наказывать или нет? Можно ли, если вы наказываете, сохранить доверие и любовь ребенка?

Всю жизнь люди сталкиваются с ограничениями. Вседозволенность в воспитании может только навредить. В будущей “взрослой” жизни ребенку

будет сложнее отказать себе в чем-то. Поэтому чем раньше он поймет, что можно, а что нельзя, тем лучше для него самого. Помните: никогда не наказывайте ребенка в порыве гнева. Справедливая кара должна следовать после проступка. В присутствии посторонних людей лучше вообще отложить какие-либо разборки. Очень полезно бывает иногда мысленно поменяться местами с ребенком – тогда, возможно, станет понятна причина его проступка.

Ни при каких обстоятельствах не оскорбляйте его! Называя малыша неповоротливым, растеряхой, неумехой, вы только вселите в него неуверенность и сделаете по-настоящему несчастным. Не ошибается только тот, кто ничего не делает. Лучше вместе обсудить конфликтную ситуацию и ее причины. Именно в процессе спокойного разговора ребенок сможет разобраться в случившемся, а в дальнейшем – самостоятельно оценить свои поступки.

Не усердствуйте в критике и не указывайте ребенку только на отрицательные черты его характера. Подчеркните, что верите в его сознательность. Иногда родители просто сгущают краски. Может быть, вы столкнулись не с обманом, а с бурной детской фантазией! Не делайте пустых замечаний, таких, например, как “не ходи на клумбу”, “отойди от мальчика”, “не трогай шапку”. Нельзя критиковать, не предлагая ничего взамен. Придумайте что-нибудь другое, дельное и интересное: испеките “пирог” из песка, поиграйте в салочки. Игра для ребенка – это жизнь, генеральная репетиция к предстоящей “взрослой” реальности.

Природа мудра. Она дала ребенку огромную любовь к родителям. Каждый рождается с ней. Но чтобы сохранить ее на всю жизнь, нужно это заслужить. И тогда вы навсегда останетесь в глазах уже взрослых сына или дочери самыми лучшими!

Евгения Ельцова

Родители и дети: как услышать друг друга?

Облик семьи изменился очень сильно, особенно за последнее десятилетие. Все больше и больше семей отмечают напряженность в отношениях, неспособность помочь друг другу справиться с трудностями, все чаще и чаще родители говорят о том, что не понимают своих детей. Однако **психологи считают, что способам общения с детьми можно научиться, главное - любить своего ребенка безусловно, то есть: что бы он ни сделал, каким бы он ни был, понимать его желания и потребности, учитывая закономерности роста и развития ребенка как личности. При этом основой взаимопонимания между родителями и детьми является, все же, умение родителя выслушать своего ребенка.** А чтобы выработать это умение, психологи советуют упражнение "Услышь собеседника".

Выполнять его нужно в паре, например, в паре с родителем, имеющим схожие проблемы в общении с ребенком. Партнер А должен рассказать собеседнику о волнующем его событии. Задача партнера В всем своим видом показать, что он его не слушает, а смотрит на часы, зеваает и отворачивается. Через 3 минуты партнеры меняются ролями. После этого очень важно рассказать друг другу чувства, которые участники испытывали во время выполнения упражнения. А так же вспомнить, была ли подобная ситуация в вашей жизни, когда ребенок хотел рассказать о значимом для него событии, а вы не обращали на него внимания, занимаясь своими делами.

Вторая часть упражнения выполняется так же, однако собеседник теперь должен внимательно слушать говорящего, задавать уточняющие вопросы и всем своим видом показывать заинтересованность в рассказчике. После выполнения упражнения ответьте на вопросы, как вы себя чувствовали во время общения, легко ли вам было говорить, какая реакция собеседника помогала открываться в общении, а какая наоборот, заставляла прекратить разговор, замкнуться. После этого так же вспомните ситуации подобного общения с ребенком. Итак, это упражнения поможет вам научиться лучше слушать и слышать вашего ребенка - а это первый шаг на пути в взаимному пониманию!

Принятие родителями ребенка

Помимо диалога для внушения ребенку ощущения родительской любви необходимо выполнять еще одно чрезвычайно важное правило. На психологическом языке эта сторона общения между детьми и родителями называется принятием ребенка. Что это значит? Под принятием понимается признание права ребенка на присущую ему индивидуальность, непохожесть на других, в том числе непохожесть на родителей. Принимать ребенка - значит утверждать неповторимое существование именно этого человека, со

всеми свойственными ему качествами. Как можно осуществлять принятие ребенка в повседневном общении с ним? Прежде всего, необходимо с особым вниманием относиться к тем оценкам, которые постоянно высказывают родители в общении с детьми. Следует категорически отказаться от негативных оценок личности ребенка и присущих ему качеств характера. К сожалению, для большинства родителей стали привычными высказывания типа: «Вот бестолковый! Сколько раз объяснять, бестолочь!», «Да зачем же я тебя только на свет родила, упрямец, негодник!», «Любой дурак на твоём месте понял бы, как поступить!».

Всем будущим и нынешним родителям следует очень хорошо понять, что каждое такое высказывание, каким бы справедливым по сути оно ни было, какой бы ситуацией ни вызывалось, наносит серьезный вред контакту с ребенком, нарушает уверенность в родительской любви. Необходимо выработать для себя правило не оценивать негативно самого ребенка, а подвергать критике только неверно осуществленное действие или ошибочный, необдуманный поступок. Ребенок должен быть уверен в родительской любви независимо от своих сегодняшних успехов и достижений. Формула истиной родительской любви, формула принятия - это не «люблю, потому что ты - хороший», а «люблю, потому что ты есть, люблю такого, какой есть».

Но если хвалить ребенка за то, что есть, он остановится в своем развитии, как же хвалить, если знаешь сколько у него недостатков? Во-первых, воспитывает ребенка ни одно только принятие, похвала или порицание, воспитание состоит из многих других форм взаимодействия и рождается в совместной жизни в семье. Здесь же речь идет о реализации любви, о созидании правильного эмоционального фундамента, правильной чувственной основы контакта между родителями и ребенком. Во-вторых, требование принятия ребенка, любви к такому, какой есть, базируется на признании и вере в развитие, а значит, в постоянное совершенствование ребенка, на понимание бесконечности познания человека, даже если он совсем еще мал. Умению родителей общаться без постоянного осуждения личности ребенка помогает вера во все то хорошее и сильное, что есть в каждом, даже в самом неблагополучном, ребенке. Истинная любовь поможет родителям отказаться от фиксирования слабостей, недостатков и несовершенств, направит воспитательные усилия на подкрепление всех положительных качеств личности ребенка, на поддержку сильных сторон души, к борьбе со слабостями и несовершенствами.

Контакт с ребенком на основе принятия становится наиболее творческим моментом в общении с ним. Уходит шаблонность и стереотипность, оперирование заимствованными или внушенными схемами. На первый план выступает созидательная, вдохновенная и всякий раз непредсказуемая работа

по созданию все новых и новых «портретов» своего ребенка. Это путь все новых и новых открытий.

Оценку не личности ребенка, а его действий и поступков важно осуществлять, меняя их авторство. Действительно, если назвать своего ребенка недотепой, лентяем или грязнулей, трудно ожидать, что он искренне согласится с вами, и уж вряд ли это заставит изменить его свое поведение. А вот если обсуждению подвергся тот или иной поступок при полном признании личности ребенка и утверждении любви к нему, гораздо легче сделать так, что сам ребенок оценит свое поведение и сделает правильные выводы. Он может ошибиться и в следующий раз или по слабости воли пойти по более легкому пути, но рано или поздно «высота будет взята», а ваш контакт с ребенком от этого никак не пострадает, наоборот, радость от достижения победы станет вашей общей радостью.

Контроль за негативными родительскими оценками ребенка необходим еще и потому, что весьма часто за родительским осуждением стоит недовольство собственным поведением, раздражительность или усталость, возникшие совсем по другим поводам. За негативной оценкой всегда стоит эмоция осуждения и гнева. Принятие дает возможность проникновения в мир глубоко личностных переживаний детей, появление ростков «соучастия сердца». Печаль, а не гнев, сочувствие, а не мстительность - таковы эмоции истинно любящих своего ребенка, принимающих родителей.