

Мамам и папам о важном

Давайте ребенку выбор

Мы хотим воспитать человека думающего, умеющего отвечать за свой выбор, - а заодно и избежать детских капризов. Предложите ребенку выбор там, где это возможно: хочешь взять на прогулку машинку или велосипед; будешь раскрашивать эту картинку или другую? У ребенка будет складываться впечатление, что он может что-то решать. А если ему часто предлагают принимать такие решения, то чем-то другим можно и поступиться, не закатывать скандалов маме. Чем чаще предлагать ребенку выбор, тем спокойнее он реагирует на «надо» и «нет».

Про «Нет»!

Бывают случаи, когда не до рассуждений. Например, ребенок схватил острый нож. Вы забираете опасную вещь и строго говорите «нет». Без объяснений забираете предмет и только потом объясняете, почему вы так поступили. Если делать все одновременно – забирать и объяснять, ваши слова превратятся в звуковой эффект, не более. Ребенок сосредоточится лишь на одном: меня лишают того, что у меня в руках, а это очень нужная мне вещь. Если категоричное «нет» звучит редко и только в особых случаях, малыш будет адекватно это воспринимать.

Формируйте самостоятельность

Малышу три года. Он уже начинает осознавать себя как личность, но при этом, конечно же, полностью зависит от взрослых. Поощряйте в нем самостоятельность. почаще говорите ребенку: «Сделай это сам!» или «Ты можешь сделать это сам!» Что именно? Да хотя бы вымыть ручки и натянуть носочки. Будьте рядом, одобряйте, а помогайте только в крайнем случае. Некоторые малыши начинают хитрить: «Я не могу!». На любую детскую хитрость есть взрослая: «Давай сделаю! Ой, и у меня не получается! Давай попробуем вместе!». И делайте вместе, только так, чтобы все-таки большую часть выполнил ваш ребенок.

Слушайте ребенка

В возрасте 4-6 лет большинство детей очень много говорят. Старайтесь слушать своего оратора. Вставляйте фразы: «Да, интересно!», «Не может быть?!», «Думаю, ты прав» и т.п. Так вы даете ребенку понять, что относитесь к его словам серьезно и уважаете его как собеседника. Значит, с вами есть о чем поговорить, вы слушаете!

Не смотрите на малыша сверху вниз, всегда присаживайтесь на корточки, чтобы быть на равных и смотреть в глаза ребенку – так вам будет легче понять друг друга.

Про чувства

Когда ребенок расстроен или капризничает, сказать: «Прекрати ныть, не реви!» проще всего. Что слышит маленький человек? Мне плевать на то, что ты чувствуешь, твоё нытье мне мешает. А ведь от вас надо совсем немного: не отрицать эмоции малыша, не пытаться их подавить. А просто понять. Лучше скажите: «Я понимаю, что тебе очень обидно, что ты очень расстроен из-за сломавшейся игрушки, я сочувствую тебе». И даже если ребенок не до конца поймет смысл сказанного, ему будет ясно: мама его понимает. Не забывайте говорить и о своем настроении, хотя бы иногда: «Мне надо побыть одной, у меня сегодня были неприятности на работе, и я очень расстроилась». «У меня болит голова, и шум от игры мне мешает», а в следующий раз вы скажете по-другому: «Сегодня такой хороший день, у меня такое замечательное настроение!».



Это было плохо

Идеальных детей не бывает, а значит, время от времени они совершают не хорошие поступки. Родители наказывают, ругают. Все верно. Но когда пыл-жар поутихнет, обязательно скажите: «Это был отвратительный поступок, будем надеяться, что ты поступил так не нарочно и больше подобное не повторится. Ты сделал выводы и мы никогда не будем вспоминать о твоей ошибке».

Просите о помощи!

Вместо приказов «Сделай. Подмети, вынеси!» попросите ребенка вам помочь. «Пожалуйста, мне очень нужна твоя помощь». Благодаря вашей просьбе ребенок ощущает себя значимым, полезным, нужным. Вспомните себя, ведь и вам намного приятнее что-то сделать в ответ на просьбу, нежели на приказ.

Будьте союзником

В случае конфликта с посторонними людьми не спешите принимать их сторону, даже если ваш ребенок не прав. Скажите, что разберетесь в произошедшем и примите меры. Не ругайте и не разбирайтесь с ребенком прилюдно, но дома наедине обязательно поговорите с ним о случившемся. Он должен быть уверен, что вы, самый близкий человек, никогда его не предадите.

Говорите о своей любви к ребенку

Даже если вы заняты, или просто не любите выражать свои эмоции – не молчите о своей любви к ребенку. Малышу, школьнику и особенно подростку очень важно знать и слышать, что его любят. Говорите «Я тебя люблю» своему ребенку как можно чаще. Ваши слова останутся навсегда в его душе. А отправляя СМС своему подростку, время от времени добавляйте эти волшебные слова.

Чаще обнимайте своего ребенка (не меньше 8 раз в день!), но делайте это тогда, когда он готов принять вашу ласку. Доказано: человек, которого обнимают (независимо от возраста!), подсознательно чувствует себя более защищенным, у него поднимается настроение. Кроме того, частые объятия нормализуют уровень гемоглобина в крови, укрепляют иммунную, нервную и эндокринную системы.

Чаще хвалите ребенка

И маленьких и больших надо хвалить по несколько раз в день. За что? За любой хороший поступок, за любую помощь и, конечно же, за отметку, которая лучше предыдущей. Похвала дает чувство уверенности и мотивирует на дальнейшие подвиги.





Этого нельзя говорить ребенку:

- Оставь меня в покое!
- Почему ты не такой, как ... (Саша, Вова, Лена)?
- Не получается? Дай я сделаю!
- Почему ты такой глупый?
- Еще раз так сделаешь – получишь у меня!
- У всех дети как дети, а ты...!
- Я из-за тебя все здоровье потеряла!
- Если будешь так делать, я тебя разлюблю.
- Ты плохой!
- Как я от тебя устала...

Подготовила
педагог-психолог МБДОУ детский сад № 43
Черноморченко Татьяна Николаевна

