

ДОГОВОРИТЬСЯ С ДЕТЬМИ ВСЕГДА ПРОЩЕ, ЧЕМ НАКАЗЫВАТЬ!

Дети всегда будут шалить, шуметь, капризничать, лезть куда не надо. В общем, всячески испытывать на прочность родительское имущество и родительские нервы. Журнал "Мой маленький" попытался найти ответ на вопрос: "Можно ли остановить разбушевавшегося карапуза без помощи угла, шлепков и окриков?"

Альтернатива № 1. "Метод естественных последствий".

Пусть неприятность случится. Этот прием впервые был описан еще в XVIII веке великим философом Жан-Жаком Руссо. Актуальности не потерял. Сейчас специалисты называют его "методом естественных последствий". Суть метода в том, что родитель вообще не участвует в наказании отпрыска.

"В комнате у четырехлетней девочки вечный беспорядок, — приводит пример детский психолог Оксана Лысикова. — Мама в очередной раз повышает голос, девочка в очередной раз обижается, но в целом перевес на стороне дочки. Потому что мама сдается, как только ребенок со слезами требует найти куклу, погребенную под завалами игрушек. Отстранитесь, дайте девочке потрудиться, расстроиться из-за потери игрушки, — советует психолог. — Так вы



приучите ребенка к ответственности за свои поступки, не ставя под удар ваши отношения. Ведь наказывает не мама – к пропаже игрушки приводят "естественные последствия" дочкиного разгильдяйства".

Важное "НО": Метод применять нельзя, если:

- естественные последствия опасны для здоровья и/или безопасности ребенка;
- ребенок еще не способен воспринять "жизненный урок" (например, бесполезно "отучать" одиннадцатимесячного карапуза ломать игрушки).

Никогда не злорадствуйте: "Что, доигрался? Так тебе и надо!" Спокойно объясните, что сейчас у вас нет времени искать "заблудившуюся" куклу или покупать новую взамен сломанной.

Альтернатива № 2. Шутка.

Этот прием хорош для малышей, переживающих очередной возрастной кризис. Обычная ситуация: ребенок, требуя что-то, устраивает "показательную" истерику на людях. Падает на землю, катается, кричит... Мама угрозами и шлепками пытается вернуть чадо в нормальное состояние. Ситуация как в поговорке "нашла коса на камень". "Часто ребенок уже и сам не рад своему поведению, – говорит психолог. – Но послушаться под угрозой наказания для него означает проиграть. Утихомирить скандалиста поможет шутка". Например: "Ой, кто это в земле застрял? Репка? Тянем-потянем... крепко сидит. Придется позвать бабу, Жучку и внучку. Звать?" Ребенок сначала удивится, прислушается, потом улыбнется и включится в игру. И в душе будет вам благодарен: ведь вы разрешили конфликт, не унизив его при посторонних.



Важное "НО": Шутка не должна быть обидной. Смеяться можно над ситуацией, но не над поступками, характером или внешностью ребенка.

Альтернатива № 3. Холдинг.

Ваша задача – физически остановить разбушевавшегося карапуза. Можно перехватить и удержать руку малыша, швыряющего на пол посуду. Посадить на колени и крепко обнять драчуна. Конечно, сначала он будет брыкаться, кричать и всеми силами рваться обратно на поле боя. Ваша задача – не поддаваться на провокации, крепко обнимать и спокойным голосом объяснять, что так себя вести нехорошо. "Ребенок должен чувствовать, что его любят, даже когда он плохо себя ведет, – говорит психолог. – Поэтому очень важно, чтобы ваши действия были не только сдерживающими, но и успокаивающими. Держите и одновременно обнимайте. Говорите твердо, но дружелюбно, не срываясь на угрозы и оскорбления". Тесный физический контакт мамы и ребенка творит настоящие чудеса, недаром холдинг-терапию применяют при лечении аутизма и гиперактивности.

Важное "НО": Ребенку не должно быть больно или неудобно. Если малыш успокаивается и сам прижимается к вам, значит, вы все делаете правильно.

Альтернатива № 4. Ледяное спокойствие.

Этот прием хорош, когда дошколенок "идет вразнос" из-за переполняющих его негативных эмоций: ревности к новорожденной сестричке, нежелания отпускать маму на работу и т. п. Например, ребенок в ярости разбрасывает погремушки "конкуренстки". Так он подсознательно испытывает "границы": любят ли его родители, когда он "плохой"? Ваша задача – не поддаваться на провокации. Объясните ребенку, что он поступает нехорошо, и... выйдите из комнаты. Малыш выпустит пар, устанет и заскучает. Публики-то вокруг нет! Вернитесь в комнату и спокойно спросите: "Закончил? А теперь надо убираться. Сам справишься или тебе помочь?" Ребенок убедится, что агрессивное



поведение не дает бонусов в виде повышенного внимания, и перестанет его практиковать".

Важное "НО": Быть спокойным – не значит быть равнодушным. Обязательно помогите маленькому убраться, если он попросит. Когда закончите уборку, обнимите кроху, скажите, как вы его любите.

Альтернатива № 5. Тайм-аут.

Пауза во время конфликта дает его участникам возможность остыть и отвлечься. Двухлетнему малышу показалось забавным кидаться за столом кусочками хлеба или плевать. Просьбы перестать только раззадоривают шалуна. Не повышая голоса, возьмите ребенка за руку и отведите в другую комнату. Сменив обстановку, малыш быстро успокоится и, вернувшись за стол, начнет вести себя по-другому.

Важное "НО": Тайм-аут – не наказание одиночеством. Вы вполне можете пойти в другую комнату вместе с ребенком. Ведь цель – не изолировать, а помочь малышу прервать недопустимое поведение. И конечно, комната не должна быть темной и пугающей.



Альтернатива № 6. Психологические игры.

В возрасте 2–4 лет для ребенка очень важно чувствовать себя значимой и автономной личностью. Схитрите – пусть он думает, что сам принял выгодное вам решение. "Поинтересуйтесь: "Ты уберешь игрушки сейчас или после мультика?" – советует психолог.

– Решение, которое принято самостоятельно, наверняка будет выполнено".

Еще один прием называется "Я тебя послушался". Уступите – например, сходите с ним на остановку посмотреть на машины, хотя планировали погулять в парке. Когда придет время собираться домой, напомните крохе: "Я же тебя послушалась, пошла посмотреть машины. Теперь ты должен послушаться меня".

Важное "НО": Не уступайте в принципиальных вопросах. Если залезать на сломанные качели нельзя, значит, нельзя никогда.

Альтернатива № 7. Торг уместен.

Вам пора отправляться в поликлинику, а чадо никак не может оторваться от игры в футбол. Назревает скандал. Дети куда более рациональные существа, чем мы привыкли думать. И если вы договоритесь с малышом, сколько еще голов он может забить перед уходом, вопрос наверняка будет решен мирно.

Важное "НО": Любой "торг" имеет предел. Договариваться – не значит вечно канючить: "Ну можно еще разик..."

