

Консультация педагога-психолога Головки З.В. для родителей

Тема: «РАЗРЕШЕНИЯ И ЗАПРЕТЫ»

НЕ СТОИТ:

Запрещать экспериментировать, делать что-то самостоятельно (хоть и неумело).

СТОИТ:

Разрешать все, что не вредит здоровью ребёнка и личной свободе других людей.

НЕ СТОИТ:

Физически наказывать детей, кричать или игнорировать (что является самым сложным наказанием для ребёнка).

СТОИТ:

Выстраивать границы и показывать (после предупреждения) естественные последствия.

НЕ СТОИТ:

Противоречить себе.

Сказать сначала «нет», а потом после слез и крика «да».

СТОИТ:

Оставаться при своём «нет» или озвучивать причину, почему вы так поступаете: «Мне жаль, но мультик перед сном мы не смотрим, так как домашняя работа была не сделана».

НЕ СТОИТ:

Противоречить друг другу.

Мама говорит: «Нет, сегодня больше шоколад кушать нельзя, потому что...»

А папа в то время либо тайком даёт ребёнку шоколадку, либо ставит мамин авторитет и слово под сомнение: «Ой ну не вредничай и не придумывай, дай ты ребёнку шоколад», или наоборот.

СТОИТ:

Быть командой. Мама и папа заодно. Если папа что-то запретил ребёнку, то мама на отменяет этот запрет (и наоборот).

НЕ СТОИТ:

Старшему ребёнку выдвигать требования как взрослому. Отдавать Игрушки младшему против его воли и заставлять уступать, приговаривая: «Ты же старший».

СТОИТ:

Быть старшим - это не просто. Это значит делить любовь родителей с кем-то, поэтому важно показать ребёнку, что у него с его новым статусом «старший брат/сестра» появились новые ВОЗМОЖНОСТИ, но НЕ обязанности.

Даже когда ребёнка не обижают в коллективе, он все равно может чувствовать дискомфорт из-за того, что его заставляют делать то, что ему не нравится (а он не умеет говорить «нет»)

Например, мальчик на детской площадке командует держать его вещи и стоять у скамейки, в то время как сам бегаёт и резвится с другими детьми.

Или ребята хотят сбежать с урока и заставляют это сделать всех, даже тех, кто против.

Поэтому важно ребёнка учить говорить «НЕТ»

Сначала дома, среди родных пусть учится. Пусть учится отказывать даже вам. Сначала обсуждаете ситуации, в которых ребёнку хотелось бы отказать, но он не мог. Вы ему сопереживаете и говорите, что это не беда - научимся!

Встанете друг напротив друга и Вы «играете» роль обидчика. Вы как бы заставляете ребёнка что-то сделать, при этом он должен Вам ЧЕТКО сказать, «нет».

Вы говорите: ну-ка отдай мне свою новую игрушку

Ребёнок: неееет...

Если Вы видите, что малыш колеблется и неуверенно говорит «Нет», ему можно сказать так «не верю» и пробуем дальше, до тех пор, пока его «НЕТ» не будет твёрдым и уверенным.

Репетировать это «нет» можно каждый день, можно ещё при этом пробовать сдвинуть малыша со своего места. Когда он/а говорит «нет» вяло, мы сдвигаем ребёнка, а когда уверенно, делаем вид, что нам его не пошатнуть.

Такие репетиции помогут ребёнку в реальной жизни, твёрдо и уверенно говорить «НЕТ», «НЕТ, со мной так поступать нельзя»

Ведь и правда, порой достаточно одного твёрдого «нет» и обидчик отстаёт.

НАУЧИТЕ РЕБЁНКА «ОСТАНАВЛИВАТЬ» ОБИДЧИКА

Я за гуманные способы решения конфликтов и поэтому детей необходимо научить решать конфликты ВЕРБАЛЬНО, а не физически.

Но бывают ситуации, когда ребёнка, скажем так, достают: часто толкают, ставят подножки и т.д., а он не может этому противостоять.

В таких случаях, рекомендую рассказать ребёнку, что драться это не классно и не круто, но защищать себя всегда нужно.

Как?

ОСТАНАВЛИВАТЬ обидчика. Не давать ему себя ударить. Отталкивать от себя, «ловить» эту руку, которая летит прямо на тебя.

План действий практически такой же как с репетицией отказа («нет»), встаём друг напротив друга (папа и ребёнок). Папа нападающий, ребёнок защищается. И они репетируют возможные ситуации и **ВЫХОДЫ** из них.

И если не получается или видите, что этот способ, ну никак не ложится (то ребёнку, не вам), не нужно насильно практиковаться, можно просто перейти к следующему пункту (ОТДАТЬ РЕБЁНКА НА СПОРТ. Не обязательно отдавать на борьбу, хотя если малышу нравится, то почему бы и нет).

Вообще любой спорт, особенно тот, что по душе будет полезен. Ведь абсолютно любые спортивные нагрузки укрепляют и тело, и дух, развивают терпение и прибавляют уверенности.

ВЕРИТЬ В РЕБЁНКА И ПОВЫШАТЬ ЕГО УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ

Транслируйте своему ребёнку уверенность в нём. Говорите ему, что он справится, что он крутой и все у него получится. А главное, искренне верьте в это.

Говорите:

- * ты смелый;
- * я в тебя верю;
- * ты у меня классный;
- * я люблю тебя, чтобы ни произошло;
- * ты все сможешь;
- * я знаю, это трудно, но, помнишь, вчера у тебя это получилось и т.д.

Никогда не сравнивайте ребёнка с другими детьми. Сравните с самим собой. Замечайте его достижения. Хвалите и обнимайте.

ПОДГОТОВИТЬ РЕБЁНКА И ПОЗВОЛИТЬ САМОМУ РЕШИТЬ СВОЮ ПРОБЛЕМУ

Я говорю о детях, которые ходят в детский сад, уже умеют разговаривать, коммуницировать и т.д., но не о малышах. Всегда на детской площадке, когда вы гуляете со своей крохой и видите, что её/его кто-то обижает, ваша задача - защитить!

Это не значит, что вы должны отталкивать другого ребёнка, вовсе нет. Но вы либо говорите громко, что так делать нельзя и уводите кроху, либо (если это знакомый ребёнок) решаете конфликт (можно говорить от лица ребёнка, тем самым его обучая отстаивать границы: «Нет, песок в Петю бросать нельзя, Пете это не нравится»)

Помните - вы защита. Защищая своего ребёнка в младшем возрасте, вы проявляете тем самым свою заботу и показываете ребёнку, что ТАК «общаться» с ним нельзя. При этом, важно, в более старшем возрасте позволять детям самим и разбираться со своими обидчиками. А все выше написанное, поможет вам его к этому подготовить.