

Если ребенок сводит Вас с ума.

Цели – гармонизация детско-родительских отношений, профилактика жестокого обращения с детьми и психолого-педагогическое просвещение родителей.

Задачи: 1.Активизировать родителей на позитивное и доброжелательное общение с детьми в семье.

2. Познакомить родителей со способами расслабления, со способами избавления от гнева и раздражения (применимыми и для родителей, и для детей).

3. Познакомить с правилами доброжелательного общения с ребенком в ситуациях, когда «ребенок сводит с ума».

Для каждого из родителей ребенок - это то светлое и хорошее, что есть в жизни. Но не всегда наши эмоции по отношению к ребенку положительные. Часто поведение ребенка может у нас вызвать раздражение, недоумение, растерянность, гнев...Мы не всегда знаем, что делать и с ребенком, и со своими чувствами к нему.

Вопрос к родителям.

Что в поведении ребенка может сводить родителей с ума? (*непослушание, истерики, упрямство, чрезмерная активность, капризы и многое другое*).

Да, все это имеет место быть в нашей жизни. А если Это происходит систематически, изо дня в день.ТО Почему?

На самом деле причины могут быть различны.

Сейчас очень много детишек с повышенным внутричерепным давлением (гипертензионный синдром). В данной ситуации необходимо обращаться к неврологу, и помнить РЕБЕНОК НИ В ЧЕМ НЕ ВИНОВАТ! Это особенность его организма.

Еще одной причиной могут быть особенности воспитания ребенка в семье. Например, недостаточно внимания уделяется ребенку, разные взгляды на воспитание у родителей и т.д.

В-третьих, причина может крыться в нас самих.

Давайте начнем с себя. Сейчас мы предлагаем Вам маленький тест **«Какой вы родитель?»**. Он останется у Вас, и оценивать Вы будете себя сами. Перед Вами листочек с вопросом (*если возникают сложности, предлагаем вспомнить, чем они увлекаются, какую работу выполняют дома, на даче и т.д.*).

Когда работа окончена, предлагается родителям обсудить результаты.

Если у вас результат 8-10: Вы вполне справляетесь со своими **родительскими обязанностями**. И тем не менее, не удастся ли еще кое-что немного улучшить?

Если у вас результат 4-7: Вы не делаете крупных ошибок в воспитании, но все же вам есть над чем задуматься. А начать можно с того, что ближайший выходной полностью посвятить детям, забыв на время приятелей и производственные проблемы. И, будьте уверены, дети вас полностью за это вознаградят.

Если у вас результат 1-3: О настоящем воспитании вы имеете довольно смутное представление. И хотя говорят, что начать никогда не поздно, советуем вам не уповать на эту поговорку, а не мешкая заняться улучшением своих знаний в этой области.

Конечно, эти результаты не стоит воспринимать как единственно правильные, мы только призываем вас задуматься над тем, не потерялось ли в повседневной суете ваше главное предназначение – материнство и отцовство. И решать это только Вам самим. Дошкольный возраст – самое подходящее время для того, чтобы построить гармоничные отношения с ребенком. Позже это будет сделать очень трудно.

НО нельзя забывать, что каждый из нас индивидуален. Поэтому и нет четких инструкций о том, как действовать родителю в той или иной ситуации. У каждого человека, у каждой семьи – свой жизненный опыт. А объединяет нас всех одно: **РЕБЕНОК – ЭТО ОТРАЖЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ** (это и внешность, и черты характера того или иного родителя). Дети очень хорошо чувствуют наше состояние, настроение. Например, если мама тревожится из-за каких-то жизненных трудностей, то, скорее всего, и ребенок будет чувствовать себя некомфортно и искать собственные пути выхода из ситуации.

Что же делать в такой ситуации?

Повторимся, что нет четких инструкций. **НО** существуют некоторые универсальные рекомендации для решения проблемы:

1. Начнем с того, что нельзя забывать о себе. Берегите себя, заботьтесь о себе. Ребенок нуждается в вашем внимании, но пусть все будет в меру. Не нужно проводить с ним 24 часа в сутки. Это не полезно ни для ребенка, ни для вас. Обращайтесь за помощью к родственникам, друзьям. Увлекайтесь чем-нибудь интересным. Пусть ребенок Вами гордится. Помните: **ВЫ ПРИМЕР ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА**.

2. Не забудьте о релаксации. Здесь каждый выбирает для себя.

Вопрос к родителям. А как Вы справляетесь со стрессом, со своим плохим настроением. Действительно способов очень много. Это и ароматерапия, и музыка, и т.д. *(привести примеры по запросам родителей)*.

3. Методы разрядки и избавление от гнева.

- подушка для битья (+ для детей игры «Упрямая подушка», «Выбиваем пыль») *Объяснить*.

- листок гнева (+ игра для детей «Разрывание бумаги») *Объяснить*.

- стаканчик или мешочек для криков (+ для детей) *Объяснить*.

- спорт (+ дети)

- индивидуальные способы («Американские горки», разговор с близким человеком и т.д.). *Привести примеры из жизни*.

Все эти способы вы можете использовать сами и научить детей избавляться от гнева, освобождаться от отрицательных эмоций в социально-приемлимой форме.

Итак, мы уделили время себе, расслабились, избавились от гнева. Но конфликтные ситуации возникают вне зависимости от нашей готовности к ним. И то, как мы будем взаимодействовать с ребенком в эти моменты, скажется на наших взаимоотношениях с ним.

Сейчас мы перечислим некоторые правила общения с ребенком в конфликтной ситуации (в той ситуации, «когда ребенок сводит вас с ума»):

1. Постарайтесь успокоиться, взять себя в руки. Выражение лица и тон голоса сделать доброжелательным, приветливым.
2. В лексике избегайте приказных фраз, частицы НЕ, слов ДОЛЖЕН, ОБЯЗАН, НУЖНО, местоимений Я, ТЫ. Желательно использовать местоимение МЫ.
3. Постараться НЕ ТОРОПИТЬСЯ с выводами и НЕ КРИЧАТЬ.
4. НЕ давайте ребенку чувствовать себя плохим, ненужным!
5. ТЕРПЕНИЕ, ТЕРПИМОСТЬ и всегда ЛЮБОВЬ!

Давайте разберем конкретный пример.

К вечеру Павлуша начал капризничать, плакать по любому пустяку. Когда вернулась с работы мама, Павлуша стал ходить за ней, не давая заняться домашними делами, канючить, просить что-то непонятное, отказываться от еды.

Первый вариант решения проблемы:

Мама на время оставила свои дела, села, прижала к себе сына, погладила по голове, поцеловала и ласково с любовью сказала на ушко:

- Мой родной, наконец-то, я вижу тебя, которого люблю больше всех, и все неприятности дня и усталость прошли. Как хорошо, что у меня есть ты – добрый замечательный помощник и верный друг. Давай всех удивим и приготовим ужин, вот они обрадуются и скажут, какие мы молодцы. А потом сядем рядом, пригласим папу, бабушку или дедушку и будем читать интересную книжку.

Пауза.

Второй вариант решения проблемы:

Все раздражены, нетерпимы, кричат на ребенка, мальчик начинает капризничать ещё больше, ужинает плохо, засыпает в 12 часов ночи со слезами.

Пауза.

Совершенно понятно, что первый вариант позитивен: все спокойны, нераздражены, успевают сделать всё необходимое. Сын успокаивается, охотно переключается на другие занятия, нормально ужинает, вовремя и в хорошем настроении засыпает.

Давайте подумаем, какими же правилами воспользовалась мама?

Вот они: ласковый голос, тактильные контакты, одобрение, подтвержденная любовь; отсутствие раздражения, использование местоимения «МЫ», переключение внимания на другие виды занятий, совместная деятельность с ребенком.

Итак, если Вы хотите теплых доверительных отношений с ребенком, то стоит начать работать над собой уже сейчас! Не факт, что вы получите отдачу моментально. Кому-то необходимо время. Если эта работа будет постоянной, и будет исходить из вашего сердца, то – всё получится!

Помните о том, что действия родителей, бабушек и дедушек по отношению к ребенку должны быть согласованы.

Выводы:

1. Помните, что у любого поведения есть свои причины.
2. Не забывайте, что есть способы справиться со своими отрицательными эмоциями (время для себя, релаксация, разрядка и избавление от гнева).

3. Если ребенок сводит вас с ума, Вы можете контролировать ситуацию с помощью несложных правил:

- Спокойствие, доброжелательное выражение лица и тон голоса
- Отказ от приказных фраз, частицы НЕ, слов ДОЛЖЕН, ОБЯЗАН, НУЖНО, местоимений Я, ТЫ. Использование местоимения МЫ.
- НЕ КРИЧАТЬ. НЕ давайте ребенку чувствовать себя плохим!
- ТЕРПЕНИЕ, ТЕРПИМОСТЬ и всегда ЛЮБОВЬ!

Тест: «Какой вы родитель?»

1. Следите ли вы за статьями в журналах, программами телевидения и радио по вопросам воспитания? Читаете ли время от времени книги на эту тему?

да
иногда
нет

2. Ваш ребенок совершил проступок. Задумываетесь ли вы в этом случае, не является ли его поведение результатом вашего воспитания?

да
иногда
нет

3. Единодушны ли вы с вашим супругом в воспитании детей?

да
иногда
нет

4. Если ребенок предлагает вам свою помощь, примете ли вы ее, даже если при этом дело может задержаться, а то и вовсе остановиться?

да
иногда
нет

5. Используете ли вы форму запрета или приказа только тогда, когда это действительно необходимо?

да
иногда
нет

6. Считаете ли вы, что последовательность есть один из основных педагогических принципов?

да
иногда
нет

7. Сознаете ли вы, что среда, окружающая ребенка, оказывает на него существенное влияние?

да
иногда
нет

8. Признаете ли вы, что спорт и физкультура имеют большое значение для гармоничного развития ребенка?

да
иногда
нет

9. Сумеете ли вы не приказывать своему ребенку, а попросить его о чем-либо?

да
иногда
нет

10. Неприятно ли вам отделяться от ребенка фразой типа: «У меня нет времени» или «Подожди, пока я закончу работу»?

да
иногда
нет

Если у вас результат 8-10:

Вы вполне справляетесь со своими **родительскими обязанностями**. И тем не менее, не удастся ли еще кое-что немного улучшить?

Если у вас результат 4-7:

Вы не делаете крупных ошибок в воспитании, но все же вам есть над чем задуматься. А начать можно с того, что ближайший выходной полностью посвятить детям, забыв на время приятелей и производственные проблемы. И, будьте уверены, дети вас полностью за это вознаградят.

Если у вас результат 1-3:

О настоящем воспитании вы имеете довольно смутное представление. И хотя говорят, что начать никогда не поздно, советуем вам не уповать на эту поговорку, а не мешкая заняться улучшением своих знаний в этой области.