

Консультация «Если ребенок сводит вас с ума»



МАТЕРИАЛЫ КНИГИ Б. ГРОСХЭНС, ДЖ. БЕРТОН «Когда дети садятся на шею. НАВЕДИТЕ В ДОМЕ ПОРЯДОК» (Изд-во «Питер»2009)

Мы предлагаем Вашему вниманию довольно спорный материал по воспитанию Но он может оказаться полезен для тех родителей, кто совершенно потерял контроль над своим ребенком, если уговоры, объяснения, даже наказания не могут помочь.

4 характерных стиля воспитания которые ведут к дисбалансу власти в семье

1. Обходительный. Родители читают все новинки в области воспитания. Создают неформальные группы. Родители стараются, чтобы дети были всегда довольны, чувствовали себя любимыми. Родители слишком преданны своим детям, *слишком* заботливы. При таком подходе у детей возникает чувство, что им все позволено. У детей плохо развивается самоконтроль, они часто становятся неуправляемыми. Детям дается слишком много вариантов выбора даже там, где выбора не должно быть вовсе (Иди спать, хорошо?), слишком много возможностей. Часто такие родители употребляют местоимение *Мы*) *Когда родители выражают неодобрение, они сосредотачивают внимание на том, как поведение затрагивает чувства других людей, а не на поведении (ты меня расстроил).* Но до 10 лет это не может быть стимулом для исправления.

Дети таких родителей образованны, многое умеют, но при этом они очень обидчивы, считая, что заслуживают особого отношения. Они сосредоточены на себе, им не хватает альтруизма)

2. Слабоволие. Такие родители также уделяют особое внимание чувствам ребенка, очень внимательны к детям часто уступают им. Они не просто угождают детям, но и возносят их на пьедестал. Страхи и неуверенность определяют таких родителей в отдельную категорию. Многим слабовольным родителям дети дались большим трудом. Вместо того, чтобы вести детей, родители следуют за ними. Когда они сталкиваются с любимыми формами сопротивления и протеста, они, как правило, смиренно уступают. Они ссылаются на авторитет других людей при разговоре с детьми, бесконечно перечисляют опасности, которые могут случиться с детьми.

Дети таких родителей непредсказуемы, истеричны, при этом сами могут понимать, что ведут себя плохо, но угрызения совести не могут заставить ребенка вести себя хорошо.

3. Деспотизм. Родители убеждены, что главные в семье – родители, но забывают, что родительский авторитет должен сочетаться с уважением. Они не заботятся о чувствах ребенка, их волнует поведение. Они требуют организованности и аккуратности. Детей нужно ставить на место, считают они. Часто используют физические наказания. При этом такие родители – ярые защитники своих детей вне дома. Слезы детей на них не действуют. Часто применяются запугивания, грубые приказы. В таких семьях отношения часто напоминают правителей, чьи подданные только притворяются, что почитают их. Дети могут проявлять непослушание либо действуя исподтишка, либо вступая в прямой конфликт с деспотом. Родители показывают детям такой пример поведения, за который они детей наказывают (Кричат, обзывают, оскорбляют). Наказание здесь часто не соответствует проступку. Дети таких родителей или хитрят и обманывают, либо становятся пассивными. Они

могут сами превратиться в задира и хулиганов, главных смутьянов в детском коллективе. Жизнь таких детей очень одинока и трудна.

4. Отстраненность. Главная особенность – эмоциональная дистанция между родителями и детьми. Эти родители активны во всех отношениях, но их эмоции не задействованы в отношениях с детьми. Такие люди и с другими людьми сдержаны, избегают сближения. Чаще это высокоинтеллектуальные люди. Внешне дети таких родителей хорошо развиты, но внутри у них пустота. Дети стремятся сдерживать эмоции, но когда выплескивают их, это напоминает взрыв. Родители такого типа могут быть очень эмоциональны при уходе за домашними животными и младенцами. А дети у них не получают эмоциональной поддержки, скорее они получают осуждение: «О чем ты думал?» Дети стремятся угодить родителям, но при этом за спиной родителей такие дети ведут себя не особо хорошо.

Эмоционально-отстраненные родители редко задают вопрос «Почему?», чаще они спрашивают: «Что делать?». Они очень боятся быть неделикатными. У эмоционально-отстраненных родителей вырастают такие же дети.

Трагедия всех этих родителей в том, что родители делают то, что считают правильным, любят своих детей, стараются изо всех сил. Они не понимают, что причиняют детям вред. Решить проблему дисбаланса власти, пока дети еще маленькие – лучший способ предотвратить чудовищные проблемы подростков.

Лестница- 5 ступеней воспитания, которые научат детей владеть собой, слушаться старших, уважать взрослых.

Лестница – это последовательность дисциплинарных мер, которые успешно сдерживают присущее детям стремление к власти и влиянию. Это важный инструмент эффективного воспитания; когда родители пользуются им, они становятся более уверенными в себе, а их авторитет в глазах детей растет.

Лестница – это не наказание, ее задача – предотвратить плохое поведение и научить детей хорошо себя вести. Если «лестницей пользоваться в качестве угрозы или наказания, она вызовет прямо противоположный эффект и только усугубит проблемы и вражду между ребенком и родителем.

1 ступенька лестницы дружеское приглашение к сотрудничеству. Нужно следить за тоном, слова взрослого не должны звучать как вызов на бой, не должно быть раздражения в голосе. Просьбу смягчают ласковым обращением (солнышко, малыш):

— Солнышко, пора убирать игрушки и готовиться ко сну.

Наберитесь терпения, постарайтесь, чтобы Вас не захлестнули эмоции, если ребенок ответит грубо

Если ребенок не начинает ничего делать в пределах 20-60 секунд, переходим на вторую ступеньку.

2 ступенька: напоминание: «Я говорю серьезно» — это формулировка последствий непослушания. Тон меняется, чтобы ребенок почувствовал серьезность ваших намерений. Надо подойти к ребенку поближе, можно присесть, чтобы был контакт «глаза в глаза»:

— Виктор, только что сказала, что пора убирать игрушки и готовиться ко сну. Я повторяю это второй раз. Если понадобится еще одно напоминание, тебе придется отправиться в свою комнату». Говорить надо нейтральным голосом, нив коем случае не угрожать.

Не надо при этом задавать других вопросов, типа: «Ты меня слышал?», не надо и начинать упрашивать

3 ступенька: тайм-аут в комнате ребенка. Начинается не со слов а с действия. Ваши действия и тон должны быть максимально дружескими. Надо подойти к ребенку и сказать:

— Ну хорошо, отправляйся в свою комнату.

Руку при этом надо положить на спину или плечо ребенка и направить его в сторону комнаты.

Не повторяйте свои требования по несколько раз. Не сдавайтесь, если ребенок начинает просить вас дать еще одну возможность выполнить ваше требование. Слова родителя:

Это прекрасно, что ты как раз собрался идти мыть руки. Я уверен, что в следующий раз ты не будешь ждать так долго. Ты не забудешь, что я прошу только 2раза. А теперь пойдём, тебе придется посидеть в своей комнате.

И больше ничего не говорите. Не отвечайте на провокации ребенка, не втягивайтесь в борьбу за власть. Если ребенок не идет сам, отнесите его *быстро* и решительно. Если ребенок начинает размахивать руками, то прижмите ребенка так, чтобы одна рука оказалась прижатой между вами и им, а свободной рукой осторожно возьмите его за запястье.

В комнате ребенка при этом не должно быть компьютера, телевизора и т. п. Простые игрушки могут быть

2-я часть третьей ступеньки. Посадите ребенка на стул, кровать и скажите:

— Посиди, пока я не скажу тебе, что можно выходить. Не давая себя втянуть в споры, выйдите из комнаты.

Ребенок не должен сам решать, когда ему выходить. Дверь в комнате при этом остается открытой. Находитесь не далеко, но так, чтобы ребенок вас не видел

4 ступенька: закройте дверь.

Возможны три варианта поведения ребенка:

1. Ребенок сидит в комнате спокойно. После того, как ребенок пробыл в комнате положенное время, загляните в комнату, и скажите: «Все, солнышко, можешь выходить», если он в комнате из-за отказа что-то делать скажите: «Пойдем. Что мы собирались делать? Ах да, да, тебе надо убрать игрушки», улыбайтесь при этом. Если ребенок вновь не делает то, о чем вы его просите, возобновите лестницу.

Время нахождения в комнате= возраст ребенка + 2-3 минуты.

После выхода из комнаты не надо

- Проводить анализ его плохого поведения;
 - Не надо подбадривать ребенка, уверять его своей любви
 - Если ребенок говорит, что не хочет выходить из комнаты, можно сказать: «Хорошо, как хочешь, просто я хотела тебе сказать, что я не против, чтобы ты вышел из комнаты»
1. Ребенок сидит в комнате, но выражает негодование вслух. Можно сказать: «Ш-ш, не забудь, солнышко, что время в комнате надо провести тихо, а ты кричишь, так что время, которое ты должен провести в комнате, еще даже не началось». Слова эти должны звучать, как совет. Затем взрослый добавляет: «Ты так громко кричишь, я не хочу, чтобы у нас в доме раздавались такие ужасные звуки – я закрою дверь». Закрыв дверь не уходите далеко, не разговаривайте с ребенком, не отвечайте на его крики и просьбы. Если ребенок после ваших действий успокоился, то нет необходимости переходить к 5 ступеньке.
 2. Ребенок убегает из комнаты. Остановите его, разверните и войдите вместе с ним в комнату и снова усадите: «Куда ты идешь? Я же сказала сидеть в комнате, пока я не скажу, что можно выходить, а я еще не сказала» Держите при этом свои эмоции под контролем. Можно добавить: «Дмитрий, я не шучу. Тебе надо быть в комнате. Я выйду и закрою дверь, чтобы ты не забыл, что тебе нельзя выходить из комнаты, пока я не скажу».

После этого ребенок успокоится или у него начнется истерика и вы переходите на **5 ступеньку**: успокаивающее объятие. Когда поведение ребенка выходит из под контроля, надо быть рядом с ним. Ему надо, чтобы его утешили, помогли его успокоить. Когда в первый раз придется применить «успокаивающее» объятие, оно потребует больше всего усилий.

Если вы физически сильнее ребенка, то надо сдерживать его и помочь вернуть ему контроль над собой. Успокаивающее объятие – чрезвычайно сильный и действенный метод, который помогает детям научиться контролировать себя и свои эмоции. Кроме того это ведет в целом к улучшению отношений между ребенком и родителем.

Успокаивающее объятие применяют когда его действия могут принести вред ему или окружающим. Взрослый при этом **должен быть спокоен**, уравновешен. Если у ребенка была сильная эмоциональная травма ранее, то этот метод не подходит. Успокаивающее объятие состоит из 5 этапов. Смысл его – поддержать его, который не может успокоиться, дать ему почувствовать, что его любят и уважают. Использовать этот метод может только мать или отец, но не другие родственники.

1 этап. Взрослый: «Дорогой, ты совсем разбушевался, я не хочу, чтобы ты ударил меня, поранил себя или что-то сломал. Детям вредно так расстраиваться. Я тебя подержу, пока ты не успокоишься». Встаньте лицом к ребенку протяните вашу доминирующую руку и возьмите ребенка за руку по диагонали от вас. Возьмите его за запястье, перекрестите руки ребенка на груди, держа его запястья на уровне его талии. Таким образом руки обезврежены.

2 этап. Если ребенок начинает пинаться, потяните запястья вниз, чтобы он сел на пол. Сядьте на пол рядом сзади его, раздвинув ноги, притяните ребенка поближе к себе, спина ребенка облокачивается на вашу грудь. Держа ребенка за запястья, скрестите ноги по-турецки так, чтобы они оказались выше ног ребенка. Если ребенок сопротивляется применяйте физическую силу ровно на столько, насколько нужно, чтобы сдерживать его.

3 этап. Положите подушку или что-нибудь мягкое между головой ребенка и вашей грудью, если ребенок начинает «бодаться»

4 этап. Держите ребенка так, пока он не успокоится, держите его то крепче, то слабее, пока он не расслабится.

Если ребенок ведет себя странно, смеется, не применяйте этот метод. Среднее время успокаивающего объятия -20 минут, после того, как ребенок успокоится, посидите пару минут рядом, а потом вставайте.

5 этап. Ваши ответы на словесные протесты.

«Ты делаешь мне больно» «Нет, малыш, я не делаю тебе больно. Я просто крепко держу тебя, потому что ты совсем разбушевался. Я отпущу тебя, когда ты успокоишься»

«Я тебя ненавижу», «Я знаю, малыш, ты очень разозлился, я понимаю. Но это не страшно, потому что мама рядом, я помогу тебе. Я тебя держу и не отпущу. Все будет хорошо»

«Я хочу в туалет» «Хорошо, малыш, конечно. Только сначала успокойся», «Ничего страшного, если что – мы тебя переоденем. Главное — чтобы ты успокоился и пришел в себя»

Часто после того, как ребенок перестал сопротивляться, он может разразиться слезами, утешьте его, скажите, что любите его. В конце скажите: «Все, малышка, пойдем в ванную, тебя надо умыться, высморкаться и попить водички». Возьмите ребенка за руку и отведите в ванную, там можно сказать: «Ты ужасно рассердился, да? Из тебя вышло довольно много злости. Думаю, что в следующий раз тебе будет же легче»

Перейдите к следующему этапу спросите: «Так что мы собирались делать?» Предложите сделать это вместе.