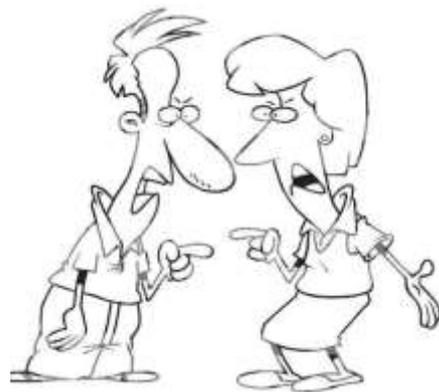


## Консультация для родителей «Ссоры при ребёнке. 12 советов родителям»



Взаимоотношения между мужем и женой, при которых никогда не будет разногласий, могут быть достигнуты, только, если они никогда не будут общаться. Все мы порой бываем в плохом настроении, имеем различные и иногда конфликтные точки зрения, испытываем неуместный гнев — это в нашей, человеческой природе. И, в сущности, невозможно жить, все время помня о том, что дети анализируют каждое ваше движение.

Что важно — так это после ссоры при ребёнке извиниться друг перед другом и помириться в их же присутствии, давая им, таким образом, пример, как надо выходить из конфликта. Правда, иногда это легче сказать, чем сделать 14 советов, как сохранить душевное спокойствие, если ссоритесь при ребёнке:

1. Определите проблему, пользуясь нейтральным языком, не «набрасывайтесь» друг на друга. Только критика и унижение друг друга не помогают.
2. Скажите вашему супругу/супруге, что вы от него ожидаете, что он/она должен сделать. Будьте точны. Объясните свои чувства, начиная предложения словами: «Мне хотелось бы» или «Я чувствую, что». Не пользуйтесь словами, вынуждающими обороняться, например, «Почему ты...», «Ты всегда...», «Ты никогда...»
3. Придерживайтесь возникшей проблемы (не говорите о прошлых). Спросите у супруга/супруги, каковы его/ее предложения по решению этой проблемы
4. Старайтесь «сдерживать» язык в присутствии детей. Сдерживайте желание обзывать мужа/жену, оскорблять, если не хотите, чтобы дети потом это повторяли. Чтобы этого добиться, нужна практика — и в плохой день это иногда просто невозможно! Но попытаться стоит!
5. Покажите, что вы себя уважаете, поэтому говорите спокойно, но уверенно в момент ссоры
6. Старайтесь не обвинять ни супруга/супругу, ни других, лучше сконцентрируйтесь на решении проблемы. Не создавайте у ребёнка впечатления, что проблемы — это всегда чья-то «вина», лучше скажите: «Я тебя слышу, но я не согласна. Что нам придумать?» Такое поведение поможет ребёнку понять ценность «переговоров»; кроме того, они приобретают чувство контроля над проблемами, которые надо решить. Таким образом, дети не будут чувствовать себя во власти обстоятельств
7. Не угрожайте попусту, т. е. не говорите то, что вы никогда не сделаете, например, «если ты еще раз так сделаешь, я никогда в жизни не буду с тобой разговаривать» (что опять же нелегко в разгар ссоры). Поймите: все, что вы говорите, иногда воспринимается совершенно буквально, если подслушано «маленькими ушками»
8. Если вы еще не совсем опустошены и есть какие-то силы, пишите друг другу записочки, вместо того чтобы вступать в словесные перепалки. В таком случае вы можете «услышать» друг друга, не перебивая (и не вовлекая детей в ваше выяснение отношений)
9. Не забудьте сказать вашим детям, что конфликт, при котором они присутствовали, исчерпан. Незавершенные конфликты могут весьма травмировать психику детей
10. Подумайте дважды, прежде чем отрицать, что что-то не в порядке, если вас об этом спрашивает ребёнок. Дети часто чувствуют «напряжение в воздухе», даже если им говорят, что все в порядке. Некоторые родители с самыми благими намерениями стараются «прятать» от детей все конфликты, чтобы не травмировать их. Однако это может лишить детей возможности наблюдать, как развиваются отношения, и учиться тому, что все должно участвовать в решении проблем. У многих детей чувство своей безопасности рождается из знания, что родители сумеют решить все проблемы, даже если они и не всегда согласны с этим решением
11. Старайтесь, чтобы ваши объяснения были простыми. Дети могут считать себя виноватыми в том, что вы сердитесь, если истинную причину вашего гнева вы не объяснили им. Например: Женя сказала своему четырехлетнему ребенку: «Интересно, ты слышала, как утром мы с папой ссорились? Мы не могли решить, чья очередь идти в химчистку. Сначала мы оба говорили, что заняты, но потом все-таки договорились». А разведенный отец считал полезным время от времени говорить своим детям: «Хотя папа с мамой больше не живут вместе, в этом совсем нет вашей вины. Мы оба вас очень любим и всегда будем рядом. Но зато, надеюсь, вы не будете больше слышать наших ссор»
12. Говорите своим детям, что любые чувства имеют право на существование (но добавьте, что это не означает, что любое поведение имеет такое право). Затем покажите им, что вы имеете в виду, поощряя их выразить собственные чувства. Пусть ваши дети слышат, что у вас был напряженный день. Пусть они видят, как вы успокаиваете мужа после трудного рабочего дня. Дети должны понять, что дом — это безопасное место и что плохие чувства бывают у всех



## Консультация

### «12 принципов воспитания ребёнка»

*Каждый малыш – это личность и нельзя его воспитывать и развивать “под общую гребенку”. Поэтому возникает резонный вопрос – а бывает ли “правильное воспитание ребенка”?*

#### **Принцип 1. Помните, что ребенок – это отдельная личность**

Поэтому свои собственные мечты и планы реализовывайте сами, и не навязывайте их малышу. Частая ошибка родителей — навязывать ребёнку свои мечты. «Я не стала медиком, но мой ребёнок уж точно станет — это его судьба!» или «Мы династия врачей и наш ребёнок пойдет по нашим стопам!». Когда мы думаем и действуем так, мы отбираем у ребенка свободу и целостность развития, мы навязываем свои мечты. Не удивительно, что дети зачастую нас разочаровывают, либо, не желая разочаровать, становятся несчастными и посредственными. Поэтому с самого рождения дайте ребёнку свободу и поддерживайте его свободу. Воспитание не должно быть навязыванием какой-либо позиции или отношения, создание развивающей среды и помощь ребёнку и только в тех ситуациях, когда она действительно необходима.

#### **Принцип 2. Все дети рождаются одинаковыми**

Все детки в норме рождаются одинаковыми и не бывает ребёнка без способностей или, наоборот, с выдающимися способностями. Все, чем отличается ребёнок или то, в чем он не преуспевает — это результат приобретенного опыта в процессе воспитания и развития. Когда проявляется способность или неспособность? Обычно уже к трём годам родители делают выводы о склонности ребёнка к музыке или конструированию, а значит формируются способности и неспособности ДО 3х лет! Поэтому развитие творческих и музыкальных способностей, плавание, спорт, конструирование и многое другое — это то, что можно и нужно давать ребёнку с рождения, а не в школе.

#### **Принцип 3. То, что вы делаете, имеет огромное значение**

Вы — эталон поведения для ребёнка и все ваши слова о том, что нельзя кричать, надо быть честным, нужно носить шапочку и все остальные, не будут значить ровным счетом ничего, пока вы сами не станете их соблюдать. Как вы думаете, что сделает ребенок, если услышит от вас, что нельзя кричать и тут же после этого увидит, как вы кричите на его отца? Картина мира в его голове будет шаткой и неоднозначной, это уж точно не то, чего вы хотели добиться. Кроха учится общаться, реагировать, выражать эмоции, вести себя в обществе, глядя на вас и на папу. Поэтому подавайте пример.

#### **Принцип 4. Взгляды на воспитание и действия родителей должны быть едиными**

Только тогда ребёнок почувствует безопасность и целостность окружающего мира. Если мама утешает кроху после того, как папа бьет его по попе ремнем, значит вы растите манипулятора. Дети очень быстро приспосабливаются к среде и находят в ней свои выгоды. Как это ни страшно звучит, но частое заключение психотерапевта после работы с малышом, родители которого придерживаются разных точек зрения на воспитание: «Манипулятор, способен на все ради достижения своей цели». Будто о секретном агенте 007, а не о четырехлетнем малыше написано, не правда ли? И это — разные позиции в одном доме. Все воспитательные меры вы должны обговорить и «согласовать» с мужем. Вы вместе, на одной стороне, поэтому не “дружите против” папы или мамы. А в пределах общей нормы воспитания, каждый родитель имеет право на свое собственное поведение с ребёнком.

#### **Принцип 5. Будьте последовательны в своих действиях**

Не меняйте правила изо дня в день, это может привести к недисциплинированности ребёнка. Многим родителям не хватает чувства последовательности, в результате чего ребёнок приходит в замешательство и не знает, как себя вести. Ваша задача — сделать мир ребёнка безопасным и надежным, а это значит придерживаться общих правил поведения изо дня в день, всем вместе.

#### **Принцип 6. Не давайте ребёнку все, что ему хочется по первому требованию**

Ребёнку для развития достаточно всего, что есть в доме: сенсорного коврика (можно сделать самой), в младенчестве – погремушек, в раннем детстве – книжек, набора для прогулки (совочек, формочки), музыкальных упражнений, счетного материала, конструктора, и самодельного Монтессори-материала. Конечно же, другие игрушки притягательны для ребёнка и они нужны не только для его собственного удовольствия, но и для поддержания статуса в социальной среде. Сейчас вокруг ребенка очень много

впечатлений, развлечений и между тем, что «нужно» и тем, что «Хочу!» лежит огромная пропасть, которую малыш пока не осознает. Поэтому прививайте ребёнку знание о зарработке и деньгах и позволяйте ему заработать то, что ему хочется.

### **Принцип 7. Хвалите ребёнка правильно — только за дело**

Часто мы от переизбытка чувств пускаемся в похвалу: какой замечательный ребёнок, какой ты хороший! И часто после этих слов ребенок стремиться сделать еще что-нибудь хорошее. Родители думают, что это здорово, но на самом деле – совсем нет. Ребёнок стремиться сделать что-то хорошее, чтобы его снова высоко оценили, он думает, что мама любит его за то, что он замечательный. А что же делать, когда у него что-то не получилось? Когда мы говорим: «Ты самый умный», мы оцениваем личность ребёнка и ради этой оценки он пойдет на многое. Именно такой похвалой мы формируем в малыше перфекционизм — стремление быть совершенным ради похвалы. Это противоположность достиженческому подходу, при котором ребёнок стремится достигать новых высот ради совершенствования, ради цели, а не ради оценки стороны. Достиженцы – лидеры, а перфекционисты – поверхностные исполнители. Поэтому хвалите ребенка за достижения, за его выбор или слова, а не просто так. Вместо того, чтобы сказать малышу: «Ты самый умный», скажите «Ты очень хорошо справился с упражнением», «Мне нравится, как ты построил пирамидку». Найдите объективный повод и похвалите ребенка за то, что он сделал, а не за то, что он самый-самый.

### **Принцип 8. Не отказывайтесь от помощи малыша, позвольте ему участвовать в работе по дому**

В период раннего детства детки так хотят быть похожими на маму и папу! Они видят, как мама подметает и тоже бегут с веником в самую пыль. Видят, как мама накрывает на стол и хватаются за полные стеклянные бокалы и ножи. Да, выглядит все это страшно опасно и вообще от помощи больше проблем: пыль не собирается, а разлетается по всему дому, бокалы бьются, сок разливается. И, кажется, нужно ребёнка отстранить от всего этого, так проще всем. Но каждый раз, когда вы отбираете у малыша веник или стакан, вы говорите ему: «Я сама, твоя помощь не нужна». Он запомнит эти установки и к 14 годам вы получите «неблагодарного ребёнка, который вам не помогает». Но вы же хотели просто обезопасить его и освободить себе время? Поэтому предлагаю вам инвестировать в будущее: купите малышу веник, дайте ему отнести бокал (если сока много, отлейте половину, чтобы крохе было проще), подарите собственную тряпку для пыли, и скоро у вас вырастет благодарный помощник. Да, кстати, все это также развивает моторику и эмоции.

### **Принцип 9. Папа – полноценный участник воспитания и развития**

О всей важности роли папы в воспитании и развитии я уже писала в этой статье. Влияние отца сложно переоценить — он проводник ребёнка в окружающий мир, поэтому отец должен общаться с ребёнком, как можно чаще и быть доступен в любое время, хотя-бы по телефону. А время, пока малыш общается с папой — это то время, которое вы посветите себе, поэтому не пренебрегайте девятым принципом

### **Принцип 10. Воспитывайте в ребёнке независимость**

Малышу очень сложно оторваться от мамы, но с года до трех происходит формирование его собственного «Я». Многие родители приравнивают детскую независимость к непокорству и непослушанию. Дети стремятся к независимости по простой причине — как и все люди, они хотят сами контролировать, а не быть контролируемыми кем-то другим. Поэтому в период 2-3 года уже необходимо дать крохе свободу. Поощрение независимости развивает саморегуляцию поведения. Но определенные ограничения помогают ребёнку развить чувство самоконтроля. Чтобы быть успешным в жизни, ему понадобятся оба этих навыка: независимость и самоконтроль.

### **Принцип 11. Вырастите ребёнка почемушкой – научите его думать**

К трём годам голова пухнет от детского «почему», но невероятно важно не только отвечать почемушке, но и стимулировать у него новые и новые вопросы. Вопрос «Почему?» – признак активной мыслительной деятельности, он означает, что ваш малыш думает, строит причинно-следственные связи и начинает делать логические выводы. Прекрасно, если ребёнок остается почемушкой в 7,9,12,18 лет. Значит он не перестает совершенствоваться и вместо того, чтобы зубрить, он вчувствуется и осознает!

### **Принцип 12. Даже если вы допустили ошибку в воспитании малышей, не считайте ее фатальной**

Вы человек, а человек не идеальный. Все мы допускаем ошибки, но это не значит, что мы плохие. Поэтому, если вы ошиблись, то признайте свою ошибку, измените свое поведение и идите дальше.

## Ребенок кусается... что делать?

*Кусание – это врожденная реакция, свойственная всем детям.*

Дети кусаются, потому что не знают, как выразить свою **фрустрацию** (обман, тщетное ожидание). Состояние фрустрации сопровождается различными негативными переживаниями:

раздражением, тревогой, разочарованием и т.д.

До трех лет укусы и щипки считаются нормой поведения ребенка. В основном, привычка кусаться пропадает к трем-четырем годам.

Помогите детям научиться выражать свои чувства словами. Также научитесь определять, когда Ваш ребенок собирается кого-то укусить. Вы можете предотвратить укус, если отвлекете ребенка. В случае с маленькими детьми не пытайтесь аргументировать и не устраивайте длинные дискуссии про кусание. Используйте простые и конкретные предложения в своем разговоре.

**Несколько советов, которые, которые смогут помочь в этой ситуации или хотя бы улучшить ее.**

- Помогайте ребенку выражать эмоции, учите его подбирать слова, поощряйте развитие речи.

- Позитивная похвала поможет предотвратить **кусание** у ребенка. Похвалите ребенка, когда он ведет себя так, как Вы его об этом просили, например, делится, хорошо себя ведет, считается с чувствами других, проявляет терпение. Метод похвалы и поощрения работает гораздо лучше, чем угрозы и шлепки. Похвала не должна выражаться в виде конфеты, игрушки или чего-то еще. Похвалой могут послужить обычные слова о том, что ребенок поступил хорошо и Вы цените сотрудничество и здоровую реакцию на проблемы или раздражение.

Например, Вы можете сказать: «Хорошо! Когда ты был злой, то смог выразить это словами!». Объятия или дружеское похлопывание по спине помогут ребенку ассоциировать неагрессивное поведение с позитивными вещами. В скором времени ребенок поймет, что чувствует себя лучше, когда ему уделяют внимание за хорошее поведение, чем когда ему уделяют негативное внимание за то, что он кусал других или агрессивно себя вел.

- Проигрывайте ситуации с укусами, используя кукол. Этот метод тоже хорошо работает.

- Читайте книги, и сказки где есть подобные герои (можно придумывать самим различные истории), разбирая поведение отрицательного героя. Постепенно к ребенку приходит осознание того, что историю можно спроецировать на настоящую жизнь.

- Почаще обнимайте ребенка, целуйте его, усиливая тактильный контакт, от недостатка которого тоже может быть такое поведение.



## Как найти подход к «протестующему» ребенку»



**1. Ребёнок, начиная с 2-х летнего возраста, всё хочет делать сам.** Именно в это время формируется личностный уровень развития и в речи ребенка появляется первое Я.

А вместе с ним и первое осознанное "Я Сам". Малыш категорически отказывается принимать чью-то помощь: сам ест, сам одевается, сам чистит зубы. И родители должны быть к этому готовы. Самостоятельность ребёнка должна всегда приветствоваться, кроме эпизодов, когда она может затрагивать вопросы сохранения жизни и здоровья. Нужно ввести понятия "опасно" и "безопасно". Все, что не угрожает здоровью и жизни ребенка, вы можете смело доверить сделать ему самому. Но иногда он

настаивает на невозможном. Например, берет в руки кухонный нож, видя как вы им ежедневно работаете. Вы можете сказать: "Я знаю, что у тебя получится справиться с ножом, но я волнуюсь, ведь я так люблю твои ручки - давай это сделаем вместе". Таким образом, вы объясните ребенку причину своей тревоги и позволите сделать желаемое.

**2. Истеричностью,** бурным проявлением отрицательных эмоций. Самая частая ситуация в этом возрасте - истерика. Поводы могут быть совершенно разными и, казалось бы, безосновательными. Бороться с таким доводом как слезы трудно, особенно если в магазине ребенок падает на пол, и требует срочно купить ему бесполезных "вкусняшек", очередную сто первую куколку или машину. Важно понимать, что это временно! Наши крохи часто устраивают такие концерты в людных местах и маме нужно знать, как правильно действовать.

**Главное - успокоиться!** Если вы подходите к такому воспитательному моменту эмоционально, считайте, что вы проиграли, и в следующий раз истерика будет еще громче. Ребенок испытывает вас на прочность, а вы комплексуете, что скажут окружающие. Помните, что это ваши отношения с ребенком и чужие люди тут ни при чем. В таком случае вам нужно опуститься к уровню глаз малыша и спокойно сказать то, чего никак не ожидает кроха: "Малыш, когда ты так орешь, у меня в ушах свистит миллион громких свистков!" или "Во время такого крика с крыши магазина улетели все слоны". Это переключит внимание ребенка с истерики на заинтересовавший его предмет, и конфликт будет исчерпан!

**3. Переборчивостью.** В этом возрасте многие малыши становятся очень разборчивыми. Например, в выборе одежды. Совершенно бесполезно уговаривать капризную двухлетку поменять платье на брючки. Похолодание для нее - не аргумент. Из принципа и из желания доказать маме свою "взрослость" и самостоятельность она будет стоять на своем до конца. Пойдите на хитрость - позвольте ей надеть любимую вещь, а сверху утеплить ребенка кофточкой.

Кроме этого, в этом возрасте детки часто превращаются в "малышей-наоборот". Они могут говорить на черное - белое, что днем темно... и если вы пытаетесь его переубедить, показываете какую-то эмоцию - это поведение закрепляется. Малыш теперь знает, где у вас "кнопка", и будет на нее нажимать (манипулировать вами). Чтобы этого не происходило, поиграйте с ним в игру "наоборот" - скажите "ни в коем случае не переодевай ботиночки", "не в коем случае не мой руки" (конечно, мы предупреждаем ребенка, что это игра).

**4. Негативизмом.** Если на все ваши предложения вы слышите короткое "НЕТ", знайте, что в ребенке уже зреет маленькая независимая личность. Это вариант уже известного нам "я сам". Конечно, со всеми этими "нет" очень сложно справиться, есть большое искушение их

подавить, настоять на своем. Но подавленный ребенок становится либо чересчур послушным, либо бунтарем. Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок вырос гармоничной личностью - именно в этом возрасте придется научиться договариваться. Если на ваш взгляд ребёнок ведёт себя неправильно, ни в коем случае не говорите малышу, что он плохо себя ведёт или повышает голос. Лучше будет, если вы скажете: "Мне неприятно, когда ты так со мной разговариваешь". Когда мы говорим о своих чувствах, мы сами успокаиваемся, и даем ребенку новую модель поведения.

**5. Упрямством.** Соседский мячик ему даром не нужен, тем более, что у него такой же есть. Но вот требовать этот мячик он будет с утра и до позднего вечера. Малыш настаивает на чем-то не потому, что ему просто хочется, а потому, что он уже сказал и не хочет отказываться от своих слов. И теперь отступить некуда, ведь с его мнением должны считаться. Но не обижайтесь и не злитесь на него. А лучше сбалансируйте ласку и строгость. Ведь именно вы приучили его к тому, что любое его желание - как приказ. И ему не понять, что для вас он вырос, и вы изменили систему требований.

Наглядным примером такого поведения малыша будет его отказ от еды, с которым борются многие мамы 2-леток. Если вы зовете его сами, то ребенок может сопротивляться. Попробуйте превратиться в Добрую фею: дотроньтесь к малышу волшебной палочкой (фломастером, карандашом, половником), и превратите его в "Обжорку". Он не сможет отказаться от новой роли с удовольствием поест. Кроме того, ребенка раннего возраста можно легко отвлечь. Если он действительно расстроен, взрослому достаточно показать ему любимую или новую игрушку, предложить после еды поиграть с ним в любимую игру - и ребенок, мгновенно переключается, послушно открывает рот, а потом с удовольствием занимается новым делом.

**6. Обесцениванием.** Для ребенка обесцениваются его любимые игрушки, стереотипы поведения, зачастую, кстати, навязанные усердными бабушками и дедушками. Все это попытки показать, что у него уже есть свой выбор. Он может выбрасывать все купленные игрушки, категорически отказываться от любимой одежды. Поддержите его "взрослость": звоните ему по телефону, спрашивайте совета, делайте "взрослые" подарки (шариковую ручку, зонт, ремень для брюк или набор детской косметики для маленькой принцессы).

**7. Страхами.** Когда ребёнку исполняется 6-7 лет, обостряются всевозможные страхи: смерти, темноты, одиночества и т.д. Это все проявления внутриутробных и родовых психологических травм. Ребенок боится не самой смерти, а остаться "там" без вас. Не игнорируйте страхи ребенка, расскажите ему о душе, о ее бессмертии и о том, что в Божьем царстве вы обязательно будете вместе.

**8. Манерностью.** Ребенок уже не дошкольник, но еще не школьник. Вдруг исчезают наивность и непосредственность. Он начинает манерничать, капризничать, ходить не так, как ходил раньше. В поведении появляется что-то нарочитое, нелепое и искусственное, какая-то вертлявость и паясничество. Такой ребенок утверждает себя в новой роли, агрессивно реагируя на окружающих и опеку с их стороны.

Спокойно реагируйте на такие превращения, даже если они вам не по душе. Не пытайтесь "сломать" ребенка, а просто расскажите, что таким, как он был раньше, он вам нравился гораздо больше. Проиграйте с ним эту ситуацию, ведь максимального воспитательного эффекта можно достичь только в игре. "Поищите" о квартире своего "прежнего" сына, перечисляя, какими положительными качествами он обладал.