

Консультация для родителей

Как помочь ребёнку повзрости? Кризис трёх лет

Малыша-ангелочка, которого вы родили около двух с половиной лет назад, исчез. Появился маленький монстр, деспот, эгоист, он издевается, проверяет нервы на прочность и с интересом любуется на вас, когда вы вне себя. Это кризис трёх лет. Первые два – кризис новорожденности и года – прошли незаметно и благополучно, а вот что делать с этим? Не обращать внимания, жить как раньше – невозможно. Что с ребёнком? Всё в норме. Дитяtkо прожило достаточно времени, ориентируясь на вас: ваше настроение, поведение, действия, манеры воспринимались ребёнком как его собственные. И вдруг такая находка – «Я». «Я – личность», есть мир, и есть «Я». Но эту находку нельзя потрогать, попробовать на зуб, разобрать, ей можно позабавиться, только проявляя в поведении, чем дитё охотно и занимается: ноет, закатывает истерики, выражает строптивость.

В простонародье таких детей по-разному называют. Возрастные же психологи говорят, что кризис развития нужен для формирования личности ребёнка. А вот как пройдёт этот кризис и каким после станет ребёнок, зависит от взрослых. Поэтому вот вам руководство к действию. Наберитесь терпения. Упрямство, строптивость, негативизм, своеvolие, бунт, деспотизм, обесценивание человеческих норм поведения – характерные черты этого периода. Не думайте, что «вам достался» несносный ребёнок, он просто ещё не научился себя вести. Он не знает как «играть» со своей находкой «я».

- Малыш обнаружил свою личность, но не в курсе, какая она – хорошая или плохая. Именно в этот период закладывается самооценка, а значит, задача родителей – не скучиться на одобрения, не критиковать без веских причин.
- Ребёнку важно всё делать самому, и это не только есть, одеваться, чистить зубы – так развивается его самостоятельность; сейчас же формируется и независимость, а значит – важно и решения самому принимать. Уступайте ребёнку, выстраивайте общение так, чтобы он имел возможность переубедить вас, хотя бы в мелочах, «мелочь» ведь для вас, а для ребёнка всё существенно.

- Упрямство – своеобразный тренажёр воли, не изводите его на корню, идите на разумные компромиссы.

- Зная об особенностях периода, смените тактику. Нравится ребёнку проявлять упрямство, вредничать, поиграйте с ним так, чтобы он мог реализовать эти свои черты, выпустить пар в игре. Я, например, кормлю дочь, запрещая есть из моей тарелки. Радуюсь, когда Алиса не надевает тапки, и кладу их на верхнюю полку шкафа, обувь сразу становится востребована. Берите ребёнка «на слабо» (тебе это всё не съесть!). Запрещая что-либо понарошку, не

будьте слишком серьёзны, развлекитесь вместе, посмеяйтесь над детским непослушанием. Здесь главное, чтобы малыш точно понимал, где игра, а где реальные требования.

- Надо заметить ещё и то, что весь негатив кризиса выливается на человека, который ближе всех в общении. Мама часто может слышать в этот период от отца, бабушек, нянь, воспитателей: «С нами он (ребёнок) так себя не ведёт!». И понятно, ведь всё предшествующее время малыш жил именно мамой (или тем, кто её заменяет), поэтому сейчас противопоставляет себя данному человеку с особым усердием.

- Часто в этот период дети становятся невозможными нытиками. Идите снова на хитрость: делайте вид, что не понимаете неразборчивую речь, но очень хотите узнать, в чём её суть. Ноет, что хочет сок, переспросите: «Хочешь кок? Ноет бок? Очу ооок? Чулок!» Скажет, как следует – получит своё.

- Хуже нытья только истерики. Соберите волю в кулак и не обращайте внимания, пусть орёт, катается по земле, главное, чтобы без травм, остальное – пусть. От вас не должно быть никаких эмоций: ни положительных, ни отрицательных. Не обсуждайте это происшествие. Симулянт должен знать: вас этим не проймешь, вам НИКАК, вы НЕ ЗАМЕТИЛИ, что случилось. Если ситуация не позволяет «оставить истерику без внимания», попробуйте отвлечь (только не выдать желаемое); не получилось – пожалейте, обнимите, «переведите стрелки» на сказочный, вымышенный персонаж. (Мне очень жаль, но Баба-Яга запретила тёте продавать нам эту игрушку.) Но жалеть и отвлекать – это крайняя мера, истерика должна быть проигнорирована! И помните – все наладится. Результат прохождения кризиса – становление воли, самостоятельности, гордости за свои достижения. Успехов вам!

«Продуктивные способы воспитания: поощрение или наказание?»

Для того чтобы ребенок успешно социализировался в обществе и развился в полноценную личность, он должен слушаться взрослых. Однако не все дети с готовностью соблюдают правила и подчиняются требованиям. В арсенале взрослых есть несколько способов контроля поведения ребенка:

- негативные способы: наказания, запреты, окрики, приказы, замечания;
- позитивные способы: просьба, похвала, поощрение, модификация поведения.

Какой же из этих способов воспитания эффективней?

Самым демократичным способом воспитания являются просьбы. Однако они не всегда бывают эффективны, особенно при взаимодействии с маленькими детьми. Например, нет смысла уговаривать ребенка не трогать утюг в тот момент, когда его рука уже почти коснулась горячей поверхности.

Без применения запретов и замечаний воспитывать ребенка практически невозможно. Смысл замечания заключается в том, чтобы эффективно пресечь недопустимое поведение и предложить ребенку более конструктивные способы выхода из сложившейся ситуации. Но для того, чтобы запреты, требования и замечания взрослых в полной мере действовали на ребенка, они должны быть им услышаны и приняты к действию. Как правильно выдвигать свои требования и запреты? Психолог Шейла Айберг предлагает следовать следующим правилам:

1. Требований и запретов не должно быть слишком много. Наличие большого количества ограничений и запретов, распространяющихся на все сферы жизни, ведет к развитию безволия и нерешительности у ребенка.

2. Требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка. Например, мы не должны ограничивать потребность ребенка в движении или его исследовательские интересы только потому, что боимся, что он что-нибудь разобьет. Лучше создать для него безопасные условия. Исследовать лужи можно, но только в резиновых сапогах. Даже бросать камни в цель можно, если позаботиться при этом, чтобы никто не пострадал.

3. Не давайте смутных, неясных и уклончивых указаний. Все требования, обращенные к ребенку должны быть конкретными. Это позволит ему лучше понять, что от него хотят. Пример: смутное требование – веди себя прилично, конкретное – пожалуйста, говори тише. Уклончивое требование – иди сядь, конкретное – сядь рядом со мной.

4. Давайте короткие и четкие указания. Ребенку проще следовать коротким, нежели огромным требованиям, которые могут казаться невыполнимыми. Пример: короткое требование – положи книжки на полку, сложное – уберись в комнате.

5. Давайте позитивные указания. Говорите ребенку, что ему делать, а не что ему не делать. Дети негативно относятся к требованиям, начинающимся со слов «прекрати», «не». Пример: негативное требование – прекрати качаться на стуле, позитивное – слезь со стула и подойди ко мне.

6. Проявляйте уважение, не унижайте ребенка. Произносите требования нейтральным тоном. Не умоляйте и не кричите. Это делает общение между вами и ребенком более приятным. Требования и запреты, данные в сердитой или властной форме, воспринимается вдвое тяжелее. Пример: Немедленно встань рядом со мной!!! На вопрос: "Почему нельзя?" - не стоит отвечать: "Потому что я так велю!", "Нельзя, и все!". Нужно коротко пояснить: "Уже поздно", "Это опасно".

7. Давайте ребенку только те указания, которые он сможет выполнить. Нечестно будет наказывать за непослушание, если ребенок не в состоянии выполнить ваше требование. Пример: невыполнимое указание – нарисуй знак «стоп», выполнимое указание – нарисуй картинку.

8. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы родителями между собой.

Наказания помогают добиться желаемого и дисциплинируют ребенка. Но не следует ими злоупотреблять. Поскольку любое наказание вызывает у ребенка негативные эмоциональные переживания и гнев, либо постоянное подавление этого гнева. Подавляемый гнев может перерости в пассивно-агрессивные формы поведения. В этом случае, ребенок может начать действовать исподтишка, специально делать что-либо «назло».

К чему это может привести? Во-первых, к ухудшению взаимоотношений между родителями и ребенком, а, во-вторых, постоянное ожидание наказания может подавить проявление инициативы у ребенка. Он будет бояться самостоятельно принимать решения и браться за новое дело, так как у него станет преобладать мотивация «избегания неудач», а не « достижения успеха». Все это может значительно усложнить его жизнь в будущем.

Поэтому наказывать ребенка можно лишь в крайних случаях, используя при этом конструктивные формы наказания:

1. Используйте "Естественное наказание". Оно представляет собой отказ от помощи ребенку в ситуации непослушания. Например, когда ребенок, сидя за столом, балуется со стаканом сока, и, в конце концов, его проливает, не спешите бросаться на помощь. Предложите ему взять тряпку и самому вытереть сок, а затем переодеться. Таким образом, он на личном примере усвоит, почему именно с чашками, тарелками и их содержимым имеет смысл обращаться аккуратно. Постепенно ребенок сам научится устанавливать причинно-следственные связи между своими поступками и их результатами.

2. Наказание должно быть справедливым. В этом случае самооценка ребенка не пострадает, а наказание принесет реальную пользу. Например, если

он разлил воду на полу, потому что хотел полить цветы, но не удержал в руках тяжелую бутылку, – это повод не для наказания, а для покупки маленькой лейки. А вот если ребенок сознательно совершает какое-то действие, которое ему запрещено, то это можно рассматривать как повод для наказания.

3. Соблюдайте последовательность. Наказание принесет пользу и не причинит вреда в том случае, когда оно закономерно, а не случайно. Поэтому важно, чтобы запреты и наказания оговаривались заранее, а не тогда, когда проступок уже совершен. Ребенок должен знать, как и за что он может быть наказан. Он будет чувствовать себя увереннее, зная, что ему можно, а что - нельзя. А вот наказывать ребенка за то, что он нарушил неизвестное ему правило, бессмысленно и несправедливо. Необходимо объяснить ему, что он поступил неверно, и предупредить, что в следующий раз он будет за это наказан.

4. Наказание должно применяться сразу после совершения проступка, а не спустя какое-то время после него. Ребенок должен увидеть и оценить результаты своего проступка сразу же, иначе сложившаяся ситуация потеряет смысл и никаких полезных выводов он не сделает.

5. Подход к наказанию должен быть разумным. Наказание должно содержать в себе какие-то возможности для обучения, овладения позитивными навыками. Желательно, чтобы оно было логически связано с проступком. Например, нет смысла в качестве наказания оставлять ребенка без прогулки, если вместо нее он будет разбрасывать игрушки.

6. Необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка. Например, если у вас гиперактивный ребенок, то дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков и нотаций не приведут к улучшению поведения, а наоборот, ухудшат его. С такими детьми нужно общаться мягко и спокойно.

7. Лучше наказывать ребенка, лишая его чего-то хорошего, чем делая ему плохо.

Ребенка ни в коем случае нельзя наказывать:

- когда он болеет;
- перед сном и сразу после сна;
- во время еды (ребенок буквально "проглатывает" негативные сигналы, это может привести к развитию психосоматических заболеваний);
- непосредственно после душевной или физической травмы;

- когда ребенок искренне старается что-то сделать, но у него не получается;
- когда сам воспитатель находится в плохом настроении.

Ни в коем случае нельзя применять физические наказания, поскольку они отрицательно сказываются на личности ребенка, способствуя возникновению нежелательных свойств характера. Систематическое применение физических наказаний может надломить волю ребенка, превратить его в покорного и неспособного принимать самостоятельные решения человека.

В процессе воспитания ребенка необходимо использовать похвалу и поощрение. Психологами доказано, что положительное подкрепление гораздо эффективнее отрицательного, так как оно сразу формирует необходимое поведение, а похвала помогает ребенку приобрести уверенность в себе. В качестве положительного подкрепления для ребенка может выступать: внимание и ласка со стороны воспитателя, похвала, положительные эмоции, которые малыш получает, когда достигает поставленной цели.

Похвала складывается из двух компонентов – наших слов и выводов детей. Наши слова должны выражать четкую положительную оценку детских поступков, намерений и достижений, для того, чтобы ребенок мог сделать из них реалистический вывод о себе и своих способностях.

Однако не всякая похвала приносит пользу. Как правильно хвалить ребенка?

1) Не следует хвалить ребенка за то, что ему дается легко (за то, что дано ему природой). Похвала не за усилие и достижение, а за наличие способности, не дает никакого стимула к развитию.

2) Вредно, захваливать ребенка безо всякой необходимости и неискренне. Это обесценивает похвалу. Повторение похвалы без необходимости действует как наркотик: ребенок привыкает к ней и ждет ее. Это может привести к развитию эгоизма и чувства превосходства над другими.

3) Похвала и поощрение должны производиться вовремя. Они не должны как запаздывать, так и даваться слишком быстро. Похвала, данная вовремя, приведет к концентрации усилий, а запоздалое подкрепление не будет иметь должного эффекта.

4) Важно хвалить конкретный поступок ребенка, а не его личность в целом. Иначе можно сформировать у него завышенную самооценку и эгоизм. Если в дальнейшей жизни ребенок столкнется с тем, что окружающие люди не столь высоко ценят его, как он сам о себе мнит, то это может привести к неврозу.

Например: Правильная похвала: «Спасибо за то, что ты убрал все игрушки». Неправильная похвала: «Ты просто молодец!». Правильная похвала: «Ты нарисовал такой красивый рисунок». Неправильная похвала: «Ты настоящий художник».

5) Нельзя ставить одного ребенка в пример другому. Ругая одного и хваля другого, вы тем самым навязываете его пример первому, противопоставляете их друг другу. Это отнюдь не вызывает желания «брать пример» с того, кого (несправедливо) хвалят. Противопоставление детей друг другу, может вызвать у них негативизм, нездоровое соперничество, отказ от тех видов деятельности, которые не гарантируют успеха.

Наиболее эффективным способом воспитания дошкольников является техника модификации поведения. Ее суть в том, что за хорошее поведение ребенок получает поощрение, а за плохое — наказание или лишение привилегий.