

В воспитании детей родители хотят добиться желаемого от ребенка. Для этого его можно ругать, наказывать и ставить в угол. А можно попробовать договориться. Но все мы знаем, что часто родитель и ребенок не могут договориться между собой. И эта тема остается актуальной на протяжении многих лет. Мы для вас подобрали несколько приемов, которые помогут вам в этом вопросе.

1. Выбирайте удачный момент

Если вам предстоит трудная ситуация, в которой вы ожидаете сопротивления от ребенка, постарайтесь найти удачный момент для разговора. Важно, чтобы малыш был сыт, выспался, был с вами в контакте, и тогда можно говорить на трудные темы. Если же он устал, голоден, соскучился по вам, хочет пить или в туалет, скорее всего, конструктивного разговора не получится.

2. Учитывайте возрастные особенности развития

Есть такие периоды, когда желание говорить «нет» у ребенка настолько сильное, что даже если он хочет сказать «да», у него это не выходит. К ним мы относим кризисы трех и семи лет, подростковый возраст.

Так они пытаются убедиться, что их мнение учитывается взрослыми и они могут влиять на ход событий, принимать решения. Если мы знаем об этом, нам будет проще с пониманием отнестись к ситуациям, когда ребенок сопротивляется и видеть за таким поведением не злую волю, а потребности развития.

3. Присмотритесь к потребностям

Если ребенок постоянно говорит «нет» в одних и тех же ситуациях, возможно, для него есть что-то важное, о чем мы не знаем и чего не видим. Например, малыш сопротивляется, когда его одевают — раз за разом, при любых обстоятельствах, вне зависимости от самочувствия. Возможно, у него сейчас сильна потребность в самостоятельности и независимости от взрослого, а мы не успели перестроиться.

4. Дайте возможность выбора

Если мы предлагаем ребенку выбрать решение (в границах разумного), которое ему подойдет больше, то, скорее всего, конфликта не будет. Дети любят, когда их мнение учитывается. Если вы знаете, что есть какая-то трудная для ребенка ситуация, можно подумать, какой выбор ему предоставить.

Например, в ситуации с уборкой, можно спросить: «Ты сам уберешь или тебе помочь?»

Тогда ребенок будет чувствовать, что его не принуждают, а советуются.

5. Дайте ребенку время

Иногда «нет», которое говорит ребенок в ответ на вашу просьбу, означает «мне надо подумать». Если мы принимаем это «нет», не сопротивляемся ему, не убеждаем ребенка в обратном, ему бывает проще сказать нам «да».

Вместо спора с ребенком, скажите ему: «Хорошо, ты не хочешь, я понял(а)». Это не значит, что вы согласились. Это значит, что вы приняли мнение ребенка в расчёт и даете ему время подумать.

Например:

- Мама: «Мы идём гулять?»

- Дочь: «Нет, я не хочу!»

- Мама: «Хорошо, скажи, когда будешь готова идти со мной на прогулку».

6. Устанавливайте с ребёнком контакт

Достаточно часто мы, как родители, обращаемся к детям дежурно: «иди обедать», «пора идти», «одевайся». Но все-таки ребенку необходимо чувствовать связь между ним и родителем. Для этого достаточно подойти к малышу, опуститься на его уровень, дотронуться до него и только потом попросить. Если позволяет время и ситуация, можно присесть рядом, на несколько минут увлечься тем, чем занят ребенок, поинтересоваться его игрой, и только потом просить о чём-либо.

Достаточно часто мы, как родители, обращаемся к детям дежурно: «Иди обедать», «Пора идти», «Одевайся». Это можно понять, так как не всегда есть время и возможность подумать о том, как преподнести нашу просьбу, чтобы они согласились.

Но бывает и так, что, чтобы выполнить нашу просьбу, ребенку необходимо почувствовать связь между ним и родителем. Для этого достаточно подойти к малышу, опуститься на его уровень, дотронуться до него и только потом попросить. Если позволяет время и ситуация, можно присесть рядом, на несколько минут увлечься тем, чем занят ребенок, поинтересоваться его игрой, и только потом просить о чём-либо.

«Я так рад(а), что ты у меня есть, я люблю играть с тобой, люблю с тобой

разговаривать. Давай вместе поиграем или прочитаем книжку, а потом пойдём обедать?»

7. Дайте право отказать

Если мы ожидаем стопроцентного послушания, то, скорее всего, конфликтов в наших отношениях случится достаточно много. Просто потому, что конфликт интересов — это нормальная часть жизни.

Если у ребёнка есть право ответить «нет», и этот отказ мы принимаем спокойно и с пониманием, то, скорее всего, этим правом малыш будет пользоваться не так часто. Если же мы наказываем, ругаем, обижаемся, тогда желания настоять на своём будет только возрастать.

«Ты не хочешь сейчас кушать? Хорошо, мы можем покушать попозже»

8. Находите компромисс

Этот метод больше подходит старшим деткам. Когда у них появляется возможность учитывать чувства и потребности других, с ними можно пытаться договориться. Рассказать о своих потребностях, желаниях и чувствах, выслушать другую сторону и попробовать найти вариант, который подойдёт обоим.

Если решение принимается вместе, детям гораздо проще ему следовать. Вы удивитесь, насколько реже ребёнок станет говорить «нет».

Например, «Я поняла, что тебе не хочется сейчас убирать игрушки. Но нам пора спать, поэтому я хочу, чтобы мы всё-таки прибрались. Может, ты хочешь поиграть ещё десять минут, а потом будем убираться?»

9. Ищите совместное решение

Не стоит забывать, что детям, как и взрослым, не нравится, когда их постоянно контролируют и говорят, что делать. Поэтому иногда следует поискать совместное решение. Задавая вопрос, убедитесь, что ребёнок слышит вас, выслушивайте ответ и обсуждайте предложение ребёнка.

Ребёнок хочет залезть на высокую горку. Задача вызвать его на диалог и объяснить свою позицию: «Я понимаю, что ты хочешь залезть на эту высокую горку. Но для меня важно, чтобы ты был в безопасности. Как же нам это сделать?»

Помните, что эти приемы не являются панацеей. Но они помогут вам показать ребёнку ваше понимание, заботу, любовь и уважение.

Уважаемые родители, по возникающим вопросам развития, воспитания, обучения и социализации детей, внутрисемейных отношений, Вы можете обратиться к нам за бесплатной психологической помощью по телефону 89144389050 или 89143695080 либо по адресу г. Чита, ул. Ленина, 27А.

Формат оказания услуги – очный или дистанционный.

Предварительная запись по телефону 8-914-438-90-50 либо 8-914-369-50-80 или по адресу г. Чита, ул. Ленина, 27А.

✉ semya2003@list.ru

🌐 www.centr-semya.ru



Государственное учреждение
«Забайкальский краевой
Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
«Семья»

КАК ДОГОВОРИТЬСЯ С РЕБЁНКОМ?



(информация для родителей)

Чита, 2024