

Консультация для родителей «Как научить ребенка слушаться».

Каждый родитель рано или поздно сталкивается с необходимостью устанавливать для детей определенные правила и запреты. От того насколько правильно родитель будет вести себя в неизбежно возникающих на этой почве конфликтных ситуациях, будет зависеть то, будут ли эти ограничения эффективными и научится ли ребенок принимать и соблюдать их.

«Нет» – значит «Нет»

Сказать ребенку «Нет, нельзя», а потом под напором его просьб, криков или нытья разрешить – это самый верный способ научить его не слушаться. Если такие ситуации будут повторяться, ребенок поймет, что родительское «Нет» вовсе не окончательный ответ. Оно всего лишь означает «Продолжай пытаться».

Тоже самое происходит, если вы вступаете в переговоры с ребенком, которые превращаются в торг. Договариваться – не значит торговаться.

Разумеется, можно вознаградить ребенка за хорошее поведение, но никак не в форме «платы» за послушание, которую ребенок выторговал. Линия поведения родителей здесь может быть только одна: если вы убеждены в том, что установленное вами правило или ограничение верное и необходимое, значит оно должно соблюдаться без условий и без торга. Важный фактор это предсказуемость и последовательность событий - это всегда помогает ребенку ориентироваться в ситуации. Это касается в том числе ограничений и запретов. Малыш должен точно знать, что если в наказание за какую-то провинность, он лишен на сегодня сладкого, то чтобы он ни делал, конфет он не получит. Уступать крикам и истерикам в данном случае никак нельзя.

Очень важно правильно выбрать момент, чтобы сообщить или объяснить ребенку новое правило или запрет. В первую очередь, это должен быть спокойный момент.

Бесполезно что-то пытаться объяснить или требовать от ребенка, который кричит и плачет. В такой момент он скорее всего даже не поймет, чего от него хотят. Поэтому сначала нужно разрешить напряжение конкретной ситуации и дать ребенку, да и самому себе тоже, успокоиться. Способы для этого могут быть разные: забрать ребенка в другую комнату, дать ему переключиться, отвлечь его и т.д. В любом случае, все объяснения, как и наказания, если они необходимы, должны происходить после.

Наказания также лучше обговаривать заранее. Чтобы они были разумными и соответствовали проступку, а не степени раздраженности родителя в конкретный конфликтный момент. Проще говоря, «правила игры» и «штрафные санкции» должны быть оговорены в спокойной обстановке и заранее известны ребенку.

Как придерживаться золотой середины в правилах и запретах:

- ребенок должен быть уверен в том, что вы на его стороне, что ограничения устанавливаются не ПРОТИВ него, а РАДИ него.
- родитель должен постараться увидеть ситуацию глазами ребенка, понять, как он себя в ней чувствует и постараться быть ВМЕСТЕ с ребенком в его переживаниях. Это значит, дать ребенку понять, что никто не осуждает его за то, что он обижен, расстроен, разочарован или злится. Все эти эмоции – нормальная первая реакция на запреты. Важно, чтобы ребенок не оставался с ними один на один, а ощущал себя любимым вместе со всеми его чувствами, не только для психологического, но и для физического здоровья ребенка.

При этом установленное правило или запрет разумеется остаются неизменными. Говорите с ребенком о том, что его эмоции понятны, нормальны и закономерны, но и ограничение – необходимая мера. Со временем он научится быстрее справляться со своими чувствами и воспринимать ограничения, как естественную часть жизни.

О необходимости запретов и ограничений следует сказать отдельно. Абсолютными могут быть только правила касающиеся безопасности и здоровья. Во всем остальном следует помнить, что чрезмерное количество запретов не способствует развитию близких и доверительных отношений между родителями и детьми. Поэтому лучше несколько раз подумать прежде, чем настаивать на том или ином ограничении.

Наказывайте поведение, а не ребенка. Важно, чтобы ребенок понимал, что если его ругают или наказывают, это не значит, что он плохой, а только значит, что то, что он делает неприемлемо. Критикуйте то или иное поведение, а не самого ребенка. Кроме того, наказания должны быть предсказуемыми для самого малыша. Скажите ему заранее о последствиях, а не придумывайте их по ходу развития ситуации.