

Информационный буклет для родителей

Двадцать способов избежать наказания

Педагог-психолог
МБУ д/с №43 «Гнёздышко»
Мареш С.В.



Сообщайте ваши собственные чувства. Дайте детям знать, как их поведение влияет на вас.

Например: «Я очень устаю от собирания игрушек в ванной комнате».

Применяйте действие, когда это необходимо.

Например: если ваш ребенок хочет упрямо бегать по улице во время совместной прогулки, держите его за руку (при этом объясняя, почему вы так поступаете).

Держите вашего ребенка. Ребенок, который ведет себя агрессивно или несносно, может почувствовать облегчение, если вы будете держать его крепко, но одновременно с любовью и поддержкой. Это позволит направить его скрытые чувства в слезы облегчения.

Удалите ребенка из конфликтной ситуации и останьтесь с ним. Используйте это время, чтобы выслушать, разделить его чувства, поддержать ребенка и разрешить конфликт.

Делайте вместе, играйте. Много конфликтных ситуаций можно превратить в игру.

Например: «Пока мы убираем, давай представим, что мы семь пловцов», «Давай почистим друг другу зубы».

Разряжайте конфликт со смехом.

Например: если ваш ребенок сердится на вас, предложите ему выплеснуть свою злость в подушечной войне с вами. Играйте свою роль, драматично сдаваясь. Смех помогает высвободить гнев и чувство беспомощности.

Закрывайте сделку, ведите переговоры.

Например: если вы хотите уйти с игровой площадки, а ваш ребенок все еще хочет играть, договоритесь, сколько еще раз он может скатиться с горки перед уходом.

Пересмотрите ваши ожидания. Маленькие дети обладают сильными чувствами и потребностями, и поэтому для них естественно быть шумными, лобзательными, неряшливыми, упрямыми, нетерпеливыми, требовательными, творческими, забывчивыми, пугливыми, эгоистичными и полными энергии. Постарайтесь принимать их такими, какие они есть.

Делайте себе перерыв. Выйдите из комнаты и сделайте то, что поможет вам восстановить самообладание, например позвоните другу, погланьте, примите душ, послушайте музыку.



КОЛЕСНИКОВА О. Н.

Советы ПСИХОЛОГА

Авацать
способов
избежать
наказания





Прописные правила

Ищите скрытые потребности.

Например: пока вы ожидаете своей очереди, дайте ребенку во что-то поиграть.

Дайте скрытые чувства и объясните причины.

Например: если ваш ребенок разрисовал стену, объясните ему, почему рисуют только на бумаге.

Ищите скрытые чувства. Признавайте, признавайте и выслушивайте чувства ребенка.

Например: если ваш ребенок бьет младшую сестренку, побудите его выразить свой гнев и ревность словами, не причиняющими боль другим. Можно покрить.



Направляйте поведение вашего ребенка в другое русло.

Например: если вы не хотите, чтобы ваш ребенок строил крепость в кухне, не говорите только «нет». Скажите ему, где он может ее строить.

Покажите ребенку, как вы хотите, чтобы он себя вел.

Например: если ваш ребенок тянет кота за хвост, покажите ему, как погладить кота. Не полагайтесь на одни слова.

Желательно предлагать выбор, а не давать указания. Принятие решения укрепляет детей, указания вызывают сопротивление.

Например: «Ты хочешь почистить зубы до или после того, как наденешь пижаму?»



Идите на маленькие уступки.

Например: «Я разрешаю тебе не чистить зубы сегодня вечером, потому что ты сильно устал».

Дайте время на подготовку.

Например: если вы ожидаете к ужину гостей, скажите ребенку, как вы хотите, чтобы он себя вел. Будьте конкретны. Ролевая игра может помочь подготовить детей к возможным сложным ситуациям.

Позвольте случиться тому, что должно случиться (когда это возможно). Не слишком оберегайте и исправляйте.

Например: ребенок, который не повесил свои купальный халат и полотенце, может найти их.