

Ребёнок и его поведение

Многие родители считают, какое поведение – такой и ребёнок. Часто обнаружив плохой, нежелательный, неправильный поступок, родители делают вывод: «ребёнок плохой», «неудобный», «не такой, как хотим». На самом деле, он лишь не лучшим образом ведёт себя в данной ситуации, а это бывает с самыми замечательными детьми и даже со взрослыми.

К сожалению, и те родители, которые это понимают, всё равно иногда ловят себя на какой-нибудь неудачной фразе в связи с тем или иным происшествием: «откуда у тебя руки растут?», «вечно ты что-нибудь забываешь», «какой ты бестолковый» или «в кого ты такой уродился?».

Если сын или дочь не выполняют требований взрослого или действуют вопреки желаниям родителей, это ещё не означает, что они непослушные. Стоит разобраться.

В чем причины «непослушания»?

- Борьба за внимание родителей.
- Самоутверждение как личности («Это вы так решили, вы так хотите, а я хочу по-другому»).
- Желание отомстить («Вы сделали мне плохо – пусть и вам будет тоже плохо!..»).
- Потеря веры в собственные силы.

- Отсутствие навыков «другого», «хорошего» поведения.
- Плохое самочувствие или усталость...

Как снизить риск «непослушания»

- Помните, ваш ребёнок – личность! Уважайте своего ребёнка, сколько бы лет ему ни было!
- Помните, что ребёнок бессознательно копирует привычки и поведение своих родителей. Если вы говорите одно, а делаете другое, такое воспитание не принесёт пользы.
- Если ребёнок растёт в семье, где царит мир и взаимное уважение, отсутствуют ссоры с выяснением отношений, то это положительно влияет на формирование его самооценки и на его поведение.
- Не оскорбляйте и не унижайте своего ребёнка, старайтесь обращаться к нему по имени, не кричите на него – это снижает его веру в себя..
- Избегайте отрицательных высказываний о его личности в целом. Обсуждайте отдельные поступки и действия.
- Установите тёплые и доверительные отношения с ребёнком, уважительно относитесь к его личности, будьте искренними в общении с ним и стремитесь к пониманию его чувств.
- Уделяйте внимание ребёнку, особенно когда он в этом нуждается. Чаще проводите время вместе.
- Если нужно обсудить с ребёнком нечто

важное, лучше выбрать момент, когда он кажется спокойным и способным услышать вас.

- Говорите с ребёнком сдержанно, спокойно и мягко. Не торопитесь с выводами и оценками.
- Будьте поближе к ребёнку, поглаживайте его по руке, обнимите. Смотрите на ребёнка, поддерживайте контакт глаз.
- Говоря с ребёнком, формулируйте ясно и четко, что вы от него хотите, говорить нужно о собственных чувствах и переживаниях.
- Не начинайте свои фразы со слов «Если», «Ты» и «Почему»: «если» воспринимается ребёнком как угроза, «ты» – как сигнал «нажима» на него, а «почему» требует от ребёнка объяснения своего поведения, чего он зачастую не сможет сделать.
- Предупреждайте ребёнка заранее о своих планах – за пять минут, до того, как вам вместе надо будет начать уборку или пора идти на улицу, или одеваться.
- Если время поджимает, подумайте, может, стоит ввести в процедуру сборов игровой соревновательный момент или шуточный приз для «победителя» – это поможет обойтись без замечаний.
- Разбивайте своё задание на более мелкие части, с которыми ребёнок сможет справиться.
- Попросите ребёнка повторить своими словами то, что вы только что сказали. Это поможет и вам узнать, правильно

ли он вас понял, и ему – запомнить.

- Признавайте чувства вашего ребёнка, чем они не были вызваны – без оценки, с сочувствием.
- Оценивайте усилия вашего ребёнка, а не только результат. Усилия достойный отдельной похвалы.
- Попробуйте сконцентрироваться на том, что говорит ребёнок, и внимательно его выслушать, а не реагируйте немедленно.
- Если вы должны как-то реагировать словесно на то, что вам рассказывает ребёнок, пользуйтесь нейтральными, однословными репликами. Часто внимание — это всё, что нужно ребёнку, чтобы почувствовать, что его понимают.
- Помните, когда детей прерывают вопросами и советами, они часто «закрываются» и замолкают.
- Задумайтесь, не слишком ли послушного ребёнка вы хотите воспитать. Если он не верит в себя и не способен действовать самостоятельно, то кого он будет слушаться, когда вас нет рядом?
- Помогите ребёнку понять, что людей без недостатков не существует, все люди могут ошибаться, но все мы учимся и можем становиться лучше.
- Соблюдайте права своего ребёнка на общение, уединение, уважение, участие в семейных делах, выбор форм досуга, друзей.
- Показывайте ребёнку свою любовь – безусловную и бескорыстную. Ребёнок должен быть уверен, что вы его цените.

***Дети, которых любят и ценят
родители, растут
счастливыми и
уверенными в себе.***

***А счастливые и уверенные
в себе дети (и взрослые)
в целом ведут себя хорошо,
способны принимать
самостоятельные решения,
справляться с трудностями,
строить гармоничные
отношения с окружающими!***

*Памятка подготовлена специалистами
Центра психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи*

*Адрес: г. Рязань, ул. Чкалова, д.1 корп.3
(рядом с пл. Победы)*

*Телефон для записи на консультацию:
92-68-09*

Управление образования и молодежной
политики администрации города Рязани

Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи

**Если ребёнок
поступает
не по-моему**

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**РЯЗАНЬ
2015**