

Елена Сосорева

20

СЛОЖНЫХ СИТУАЦИЙ

С ДЕТЬМИ

ОТ 2 ДО 7 ЛЕТ



ПРОВЕРЕННЫЕ
АЛГОРИТМЫ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

КАК ВЕСТИ СЕБЯ, ЧТОБЫ НЕ НАВРЕДИТЬ, А ПОМОЧЬ

Когда ваш ребенок сводит вас с ума

Елена Сосорева

20 сложных ситуаций с детьми от 2 до 7 лет. Проверенные алгоритмы для родителей: как вести себя, чтобы не навредить, а помочь

«Издательство АСТ»

2012

Сосорева Е. П.

20 сложных ситуаций с детьми от 2 до 7 лет. Проверенные алгоритмы для родителей: как вести себя, чтобы не навредить, а помочь / Е. П. Сосорева — «Издательство АСТ», 2012 — (Когда ваш ребенок сводит вас с ума)

Ваш ребенок выходит за рамки принятых норм поведения? А вы не знаете, как на это правильно реагировать? Если это так, то у ребенка может развиваться размытое представление о том, что ему дозволено, а что нет, и его (и, конечно же, вас!) ждут большие проблемы в будущем. В этой книге разбираются наиболее распространенные ситуации с детьми дошкольного возраста, в которых родители испытывают сложности. Это такие ситуации, когда вы расстроены, обеспокоены, разгневаны, а может быть, даже обескуражены тем, как ведет себя ваш ребенок. Каждая ситуация рассматривается детально: вы узнаете, почему она возникла, как ее преодолеть и что сделать для того, чтобы в дальнейшем она не повторилась.

Содержание

Введение	6
Сложные ситуации (с детьми от 2 до 7 лет)	8
Сложные ситуации	9
1	10
Почему ребенок так себя ведет	11
Что делать?	12
Что учесть на будущее	13
2	14
Почему ребенок так себя ведет	15
Что делать?	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Елена Сосорева
20 сложных ситуаций с детьми от 2
до 7 лет. Проверенные алгоритмы
для родителей: как вести себя,
чтобы не навредить, а помочь

*Ребенок нуждается в вашей любви больше всего именно тогда,
когда он меньше всего ее заслуживает.*

Бомбек Эрма (р. 1927)

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Введение

Всем знакома известная фраза о том, что «родителей не выбирают». Казалось бы, все просто и понятно, но за этой фразой стоит столько боли и разочарования детей, так и не получивших от родителей настоящей любви и понимания, особенно в трудную минуту.

То, что вы в руках держите эту книгу, уже значит, что вы думающий родитель, ищущий ответы на свои вопросы. Желание разобраться в своих эмоциях и постичь суть детской психологии – это главный ключ к взаимопониманию между родителями и детьми.

Растить детей нелегко, и далеко не все родители готовы достойно пройти этот сложный путь. Процесс воспитания – это процесс взаимного развития. Вы воспитываете детей, влияете на них, и они влияют на вас, заставляя вас меняться и постоянно совершенствоваться. Но не всегда взрослые люди считают для себя возможным заниматься самоанализом и самосовершенствованием. Многие думают, что они правы только потому, что они родители и плохое поведение ребенка – это повод только для того, чтобы изменить ребенка, а не попытаться исправить что-то в себе или в своем образе мышления.

Тем не менее лишь способность к самоанализу позволит вам справиться с любыми ситуациями. Взрослые далеко не всегда бывают правы, и если вы готовы признавать свои ошибки и менять себя – вы на пути к успеху.

Постарайтесь развить в себе зоркость и внимательность по отношению к вашему ребенку, это поможет вам понимать глубинные причины его поведения и находить лучшие способы взаимодействия с ним. Помните, все дети – совершенно разные: и по характеру, и по восприятию окружающего мира каждый ребенок уникален и неповторим. Любому ребенку необходима своя, особая модель воспитания. Например, если для одного ребенка достаточно укоризненного взгляда, чтобы он скорректировал свое поведение, то для другого необходимы более строгие меры. Поэтому подход к каждому ребенку должен быть индивидуален, с учетом особенностей его психики и темперамента.

Где заканчивается хорошее поведение и начинается плохое – разные люди понимают по-разному. К сожалению, сейчас у многих родителей в моде тенденция позволять ребенку делать все, что ему захочется. Это пагубная модель воспитания. Неумение ребенка считаться с окружающими, уважать их, приведет к тому, что рано или поздно он перестанет уважать родителей и не сможет установить гармоничные взаимоотношения со сверстниками.

Важно понимать то, что если ребенок выходит за рамки общепринятых норм поведения, то это никак нельзя оставлять без внимания, на это необходимо реагировать и формировать у него понятие об этих нормах. Иначе ребенка с размытым представлением о том, что ему дозволено, а что нет, ждут большие проблемы в будущем.

Все мы порой сталкиваемся с такими ситуациями, когда наш ребенок ведет себя совсем не так, как должны вести себя воспитанные дети. Некоторые ситуации могут и вовсе поставить в тупик. Не волнуйтесь, через это проходят все родители.

Обычно о таком поведении детей не очень хочется кому-то рассказывать, и каждый родитель в одиночку пытается справиться со своими чувствами и переживаниями.

В этой книге мы рассмотрим наиболее распространенные ситуации с детьми дошкольного возраста, в которых родители испытывают определенные сложности. Это такие ситуации, когда вы расстроены, обеспокоены, разгневаны и даже обескуражены тем, как ведет себя ваш ребенок.

Невозможно дать исчерпывающие ответы по поводу того, как разрешить ту или иную проблему. Однако мы постараемся рассмотреть детально каждую конкретную ситуацию, чтобы понять, почему она возникла, как ее преодолеть и что сделать для того, чтобы в дальнейшем она не повторилась.



Сложные ситуации (с детьми от 2 до 7 лет)

1. Ребенок закатывает истерики.
2. Ребенок много капризничает.
3. Ребенок требует купить ему что-то.
4. Ребенок чего-то боится.
5. Ребенок сквернословит.
6. Ребенок дерется.
7. Ребенок ведет себя нетактично.
8. Ребенок не ложится спать.
9. Ребенок берет чужие вещи.
10. Ребенок плохо ест.
11. Ребенок много смотрит телевизор.
12. Ребенок часто обманывает.
13. Ребенок сочиняет небылицы.
14. Ребенок в общественных местах ведет себя некультурно.
15. Ребенок ябедничает.
16. Ребенок все время говорит «нет».
17. Ребенок не отходит от вас ни на шаг.
18. Ребенок слишком много балуется.
19. Ребенок дразнит и обзывает.
20. Ребенок грозит убежать из дома.

Сложные ситуации

Когда ваш ребенок делает что-то «не так», иногда очень сложно разобраться с ходу, как на это реагировать. Но оставлять решение на потом никак нельзя: ведь от того, как вы отреагируете, будет зависеть, повторится ли такая ситуация вновь или нет.

Как это не пафосно звучит, но от ваших действий в сложных ситуациях зависит будущее ваших детей. Будущее в том смысле, станут ли они уверенными и адекватно оценивающими себя взрослыми или будут всю жизнь преодолевать в себе комплексы, полученные в детстве с вашей помощью.

Все мы были детьми и прекрасно помним свои ощущения, когда нас наказывали, или хвалили, или поступали по отношению к нам несправедливо. Вспомните свои ощущения, когда вы, будучи ребенком, оказывались в сложной ситуации и чего вам больше всего хотелось. Это поможет вам объективно оценить ситуацию и найти правильный выход.



СОВЕТЫ ПО ВЫХОДУ ИЗ СЛОЖНЫХ СИТУАЦИЙ

1. Постарайтесь проявить максимальную выдержку.

Когда вы чувствуете себя обеспокоенными, расстроенными, сердитыми, то, скорее всего, ведете себя импульсивно и совершаете непродуманные действия. Поэтому для начала потратьте несколько мгновений, чтобы привести себя в состояние, наиболее подходящее для достижения положительного результата. Если вы вышли из себя, то сосчитайте до пяти, делая глубокие вдохи.

2. Не обращайтесь внимания на посторонних, даже если они открыто высказывают вам свое недовольство.

К сожалению, некоторые взрослые считают своим долгом прокомментировать вашу ситуацию так, что вам захочется провалиться сквозь землю или тут же наказать собственное чадо. Не беспокойтесь о чужом мнении, не реагируйте на замечания, лучше сосредоточьтесь на своем ребенке.

3. Представьте себя на месте своего ребенка.

Да-да, как бы это ни было сложно, именно в этот момент вспомните себя маленькими и представьте, что в такой ситуации может чувствовать малыш. Подумайте о том, как сейчас ему плохо и как он нуждается в вашей помощи.



1

Ребенок закатывает истерики



Каждый вечер мама забирала трехлетнюю Вику из детского садика. Часто с ней невозможно было спокойно дойти до дома. Девочка всю дорогу плакала, что-то кричала, упиралась и не хотела идти. Даже когда мама брала ее на руки, она выгибалась и продолжала кричать. Мама торопилась быстрее дойти до дома, пряча глаза от укоризненных взглядов встречающих прохожих. Когда, наконец, они приходили домой, то Вика обычно никак не могла утолить жажду и все время просила пить, а еще, случалось, сразу затихала и засыпала.

Для того, чтобы разобраться с проблемой, родители обратились за помощью к воспитательнице. И вот, что выяснилось. Так как Вика – очень подвижный ребенок, то на прогулке она все время бегала. Ребенок не мог догадаться, что испытывает дискомфорт от обыкновенной жажды и попросить у воспитателей попить. Дома, когда родители предлагали Вике какие-либо напитки, то все вставало на свои места. Еще выяснилось, что во время дневного сна Вика практически никогда не спала. Может быть, она была перевозбуждена играми со сверстниками, а может, ей было сложно отключиться в помещении, где еще кто-то был. Так или иначе, к вечеру уже сказывалась и усталость за весь день, и огромное количество накопившихся впечатлений. Поэтому, как только она оказывалась в знакомой спокойной обстановке, то сразу засыпала.

Почему ребенок так себя ведет

Совсем маленькие дети закатывают истерики потому, что им часто не хватает слов, чтобы выразить свои нужды и элементарные потребности. Такая неудовлетворенность накапливается и выливается в слезах и криках. Ребенок сам не понимает, от чего ему плохо, и единственное, что он может в такой ситуации делать – это закатить истерику, тем самым призывая вас разобраться с ситуацией.

Внимательные мамы сразу определяют, в чем проблема, чего не хватает ребенку. Обычно это элементарные вещи – малыш устал и хочет спать, голоден и его нужно побыстрее накормить, хочет пить или хочет в туалет и т. д. и т. п. А может быть, ему жарко, он, например, перегрелся на солнце или, наоборот, ему холодно.

Своими капризами и истериками ребенок может оповестить вас также и о своем физическом недомогании, ведь часто так происходит, когда ребенок начинает заболеть.

Что делать?

- **Никогда не кричите на ребенка в этой ситуации, не требуйте, чтобы он прекратил «это безобразие»** – это совершенно бесполезно, так как ребенок уже утратил способность контролировать свое поведение и эмоции.
- **Для начала попробуйте предложить малышу все, что у вас есть в арсенале (например: еду, питье).** Если вы видите, что ребенок очень устал, то возьмите его на руки, покачайте и уложите отдохнуть.
- **В любом случае, призовите на помощь всю свою чуткость и воображение, чтобы понять истинную причину такого поведения и постарайтесь как можно быстрее помочь малышу.**

Что учесть на будущее

Психоэмоциональное состояние маленьких детей во многом зависит от ритма жизни, который традиционно задается режимом дня. Он способствует нормальному развитию ребенка, его здоровью, воспитанию воли, приучает к дисциплине.

- С первого дня жизни постарайтесь приучить ребенка к ритму во всем – в питании, труде, отдыхе, даже в опорожнении кишечника и мочевого пузыря. По мере роста ребенка его распорядок будет меняться. Но на всю жизнь должна сохраниться основа, заложенная в раннем детстве – чередование всех форм деятельности организма в определенном режиме. Воспитать в ребенке чувство ритма не слишком сложно: самой природе присущ ритм. Малыш легко привыкает к предложенному ему распорядку. Соблюдение режима позволяет ребенку выработать необходимые для жизни реакции и рефлексy, сохранить психологическое здоровье при напряженной смене различных раздражителей. Изменение жизненного уклада нередко вызывает чувство беспокойства или протест, расстройство настроения и упрямство. Постоянство окружающей среды для ребенка, как и определенная последовательность его действий, создает чувство безопасности и изначальной уверенности в себе.

- Часто дети закатывают истерики во время длительных поездок. Поэтому, если вам предстоит дальняя поездка, то постарайтесь продумать все до мелочей, позаботьтесь о том, чтобы ребенок в определенное время мог получать пищу, посещать туалет, у него было достаточно времени для сна и т. п., тогда у него не будет повода для истерик.

2

Ребенок много капризничает



Таня в 4,5 года стала несносной капризулей. Отказывалась ложиться спать, если рядом не посидят родители, на прогулке отказывалась ходить сама и просилась на руки. Капризным и раздраженным тоном отдавала маме распоряжения: «Принеси мне куклу, надень мне сапожки, покорми меня» (хотя сама уже владела такими элементарными навыками, как самостоятельно одеваться и кушать).

Мама совсем сбилась с ног, выполняя один за другим капризы своей дочурки. При этом все еще осложнялось непростыми взаимоотношениями с мужем. Конфликт, который разгорался между взрослыми, начинал отражаться и на ребенке.

Почему ребенок так себя ведет

По этому поводу есть хорошее высказывание доктора Шиничи Сузуки: «Когда вы придете домой, поставьте перед собой своих детей и взгляните в их лица – вы прочтете всю историю своих супружеских отношений».

Поэтому, если ваш ребенок стал слишком много капризничать, то для начала необходимо разобраться, гармоничные ли отношения у вас в семье и какая психологическая атмосфера у вас дома в целом.

Учтите, что от ребенка невозможно скрыть истинные проблемы. Если в вашей семье не все благополучно, то ребенок все равно все видит и все чувствует.

Когда в доме возникают проблемы (даже если они не обсуждаются открыто), тогда ребенок начинает капризничать гораздо больше, чем раньше.

Например, ребенок невольно слышит как мама и папа ссорятся ночью, думая, что он уже спит. Ребенок встревожен, его терзают самые страшные мысли, у него множество вопросов, но нет на них ответов. Тогда капризы и слезы *становятся постоянной, устойчивой формой защиты ребенка против его страхов.*

Когда супруги слишком бурно выясняют отношения при ребенке, тогда он не в силах перенести такой стресс и просто начинает хныкать и капризничать, чем вызывает только раздражение у родителей.

Когда родители в ссоре, то их мысли заняты только своими проблемами и они становятся эмоционально недоступными для ребенка. А дети – это удивительно чувствительные создания. Поэтому ребенок, недополучая внимания, будет всеми способами пытаться получить его. Малыш будет бессознательно действовать по принципу «уж лучше строгий окрик или шлепок, чем меня совсем не замечают».

Очень часто к чрезмерной избалованности и капризности ребенка приводит скрытый раздор в семье, где обычным эмоциональным фоном является постоянное недовольство одного супруга другим. В таком случае, «не угодив» мужу, «плохая жена» старается изо всех сил стать «хорошей матерью» и начинает потакать своему чаду во всем и баловать его без меры. Ребенок чувствует, что его власть над матерью безгранична и превращается в деспота.

Когда складывается подобная модель поведения, безусловно, это не может не беспокоить. Чтобы изменить ситуацию, нужно понять причины такого поведения ребенка и для начала разобраться, что же происходит со всей семьей.

Что делать?

- Если ребенок капризничает и плачет, то спокойным дружелюбным тоном скажите ему: «Я очень хочу тебе помочь, но ты должен мне рассказать, в чем дело».
- Не позволяйте ребенку говорить капризным тоном. Если он начинает так говорить, то прервите его и скажите: «Говори нормально, а то я ничего не понимаю» или «Я буду разговаривать с тобой, только если ты будешь говорить нормальным тоном».
- Не потакайте его прихотям. Спокойно и уверенно напомните ему, что он уже может обойтись и без посторонней помощи (например, одеться, взять ложку, умыться и т. д.) и вы не будете делать это за него.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.