

20 способов избежать наказания

Прописные правила

Ищите скрытые потребности.

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

Дайте информацию, объясните причины и последствия.

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

Помогите ему устранить последствия, либо проконтролируйте, как он это сделает сам.

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

Например: если ваш ребенок бьет младшую сестренку, побудите его выражать свой гнев и ревность способами, не причиняющими боль. Можно покричать, потопать.

Направьте поведение вашего ребенка в другое русло.

Например: если вы не хотите, чтобы ребенок стоил крепость в кухне, не говорите только «нет».

Скажите ему, где он может ее построить – дайте другие альтернативы.

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 противодействие.

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 очень устал. Но утром ты их обязательно почистишь»

Дайте время на подготовку

Например: «Скоро будем ложиться спать. У тебя есть еще 15 минут поиграть, а потом убирай игрушки»

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

Например: если вы предупреждали ребенка о том, что он может удариться, прыгая с кровати - дайте ему «набить эту шишку». В следующий раз он к вам прислушается.

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

Например: убирая игрушки - «А давай поиграем в магазин. Ты привозишь мне товар (машинки, кубики и т.п.), а я его буду складывать на склад», «Кто быстрее соберет все карандаши», «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.

Заклучайте сделку, ведите переговоры.

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

Пересмотрите ваши ожидания. Дети обладают сильными чувствами и потребностями, и поэтому для них естественно быть шумными, любопытными, неряшливыми, упрямыми, нетерпеливыми, забывчивыми, пугливыми и полными энергии.

Принимайте ребенка таким, какой он есть.

ПРАВИЛА ДЛЯ ТЕХ, КТО НАКАЗЫВАЕТ

(по В. Леви)

Наказание не должно вредить здоровью – ни физическому, ни психическому.

Если есть сомнения – наказывать или нет, - не наказывайте! Никаких наказаний «на всякий случай»

За один раз – одно. Даже если проступков совершено сразу много, наказание может быть суровым, но только одно – за все сразу, а не по-одиночке за каждое. Салат из наказаний – блюдо не для детской души

Никогда, что бы не случилось, не лишайте ребенка заслуженной похвалы или награды. Никогда не отнимайте подаренного вами или кем-то! Можно отменять только наказания.

Срок давности. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Есть проступок – есть наказание, был проступок вчера – нет наказания.

Наказан – прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута, как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова! Не мешайте начинать жизнь сначала!

Без унижения! Наказание не должно восприниматься ребенком как торжество вашей силы над его слабостью.

Ребенок не должен бояться наказания. Он должен знать, что ему придется устранять последствия своего проступка или исправлять его

Нельзя наказывать ребенка:

Когда он болен, испытывает недомогание или еще не оправился от болезни: в это время его психика особо уязвима, реакции непредсказуемы;

Когда ребенок ест, до и после сна, во время игры или работы;

Сразу после физической или душевной травмы (падение, драка, плохая отметка, несчастный случай). Нужно переждать, пока утихнет острая боль. Это не значит, что всегда нужно бросаться утешать ребенка.

Когда ребенок не справляется со страхом

Когда у него что-то не получается, хотя он очень старается