Правила и запреты

Правила: наказать или так запомнит?

Разберём непослушание ребёнка и что в этом случае делать.

1) Всегда должны быть проговорены правила. Если нарушение есть, а правил нет, то и нарушение не засчитывается.

🌱 Например, ребёнок на улице полез на дерево или в весеннюю лужу. Спокойно вытаскиваем, не ругаемся, а дома перед следующей прогулкой напоминаем и проговариваем правила.

Потом хвалим и поддерживаем словами «так здорово, что мы сегодня вернулись домой сухими!»

❗Положительное подкрепление ВСЕГДА работает лучше отрицательного.

2) Подходящая среда – это всегда забота родителей. Она должна быть безопасной и развивающей.

🌱 Если ребёнок что-то делает, то ему зачем-то это нужно. Он может разбрасывать предметы, потому что это координирует движения «глаз-рука». Или лезть в грязь, потому что исследует свойства предметов. Или прыгать с дивана, потому что так требует его растущее тело.

- Запрещаем, но предлагаем разрешённую альтернативу (прыгать не с дивана, а на улице);

- Предпочтительнее не запрещать, а обезопасить (прыгать с дивана не просто так, а подложить подушки);

❗Очень важно не провоцировать ребёнка: не оставлять на видном месте то, что не должно быть использовано. Если так не получается, то см. пункт первый😉 Правила всегда должны быть проговорены заранее.

3) Наказывать, кричать и ругаться можно и нужно, если появилась угроза жизни или здоровью. Если ребёнок полез на открытое окно или в кипяток, то тут можно дать волю чувствам.

❗ Таких случаев на самом деле намного меньше, чем нам кажется.

❗ Техника безопасности и правила, проговоренные заранее, сводят эти случаи к единичным.

Воспитание ребёнка без физических наказаний

Как же воспитывать ребёнка, если физическое наказание в отношении детей недопустимо?👩

Сейчас расскажу вам, как добиться послушания без криков и рукоприкладства👌

Современные психологи придерживаются теории естественных и логических наказаний.

Согласно этой теории, наказаний не существует🚫

Существуют только последствия: естественные и логические.

✳️ Естественные

Это последствия, наступающие естественно, без вмешательства со стороны. Это хорошо тем, что в данном случае, винить, кроме себя, ребенку некого.

☝ Например, ребенок отказывается собирать игрушки, спустя какое-то время он наступает и ломает одну из них. Или ребёнок разлил воду, естественное последствие - это вручить ему тряпку, чтобы он устранил последствия.

✳ Логические

Это заранее оговоренные последствия. Т.е. родитель договаривается с ребенком о том, что может произойти после принятия того или иного решения.

☝ Например, мама говорит ребенку, чтобы к вечеру игрушки были на своих местах, в противном случае, они будут убраны и ими нельзя будет играть неделю. Вечером игрушки валяются и мама их забирает.

Чтобы эта теория работала, необходимо соблюдать некоторые правила 📝

• ребенок должен видеть связь поступок - последствия;

• последствия должны иметь смысл для ребенка, если же они его не затронут, он не поймет связь между ними и поступком;

• ребенок должен заранее знать, что будет, после того, как он примет какое-либо решение;

• правила распространяются на всех. Чтобы дети соблюдали их, необходимо, чтобы родители показывали пример.

• настойчивость и постоянство. Ни при каких условиях не следует уступать или менять правила, в противном случае ваше чадо быстро поймет что к чему, и станет играть на чувствах и настроении родителей.

⚠ Кроме того, родитель должен быть готов не вмешиваться в ход событий, не напоминать и ни в коем случае не злорадствовать.

Правило светофора

Тема рамок для ребёнка.

Три зоны:

❤ Красная – никогда нельзя.

💛 Жёлтая – нельзя, но иногда можно.

💚 Зелёная – можно всегда.

Красный: никогда нельзя то, что опасно для жизни и здоровья. Бежать под машину, лезть в окно, камнем в голову. Еще раз:

1. Опасности: перебегать дорогу, играть с ножом, залазить на подоконник.

2. Причинять боль себе и другим: щипать маму, бить лягушку лопаткой.

Жёлтая зона – зона ситуативных поблажек.

🚩 Ложимся спать в 9, но в Новый год – можно позже.

🚩 Не едим конфеты, но в гостях, если все едят – можно.

Главное, не позволять жёлтой зоне разрастаться. Она – самая маленькая.

Зелёная зона вводит в ступор взрослых, привыкших к узким рамкам. Я считаю, что ребенку можно очень много. Например:

- выбирать, что одеть,
- с кем дружить,
- как и когда делать уроки
- и многое другое, если выбор не вредит здоровью.

То есть: надеть модную рваную майку, при виде которой мне немножко стыдно идти рядом со своим старшим сыном, можно. Ту же майку надеть, когда мы идём в театр - нельзя, такие правила.

Что еще важно? Одновременно в жизни ребенка не должно быть больше 3-х запретов, исходящих от вас. Иначе он начнет бунтовать. Запреты меняются с возрастом ребенка и с ситуацией. Как вместить все правила в три запрета? Используйте безличную форму, и тогда процесс пойдет легче.

Почувствуйте разницу:

❌ "Иди спать, я сказала!"

Или

👌 "Время ложиться в кровать."

Угрюмый приказ превращается в нейтральную информацию. Это не мама злая, а просто жизнь такая: в 10 часов пора спать, мультфильм только днем и т.д. Вы просто объясняете, как устроен мир. Без авторитарного давления.

8 вещей, которые нельзя запрещать ребёнку

Запреты должны присутствовать в жизни ребёнка.

Но есть вещи, которые ни в коем случае нельзя запрещать малышу🚫

🔸*Кушать самому*

Да, накормить самим-проще всего, но запретив самостоятельно донести ложку себе в рот, вы мешаете малышу взрослеть, чувствовать себя большим и уверенным в своих силах.

🔹*Помогать вам.*

Ребенку очень важно ощущать свою значимость, понимать, что он нужен. Обратите внимание, с каким рвением и желанием малыш вам помогает. А еще ему очень нужны похвала и одобрение от родителей. Так что просите ребенка помочь вам, разрешайте помогать и благодарите его за это😊

🔸*Дурачиться, бегать и кричать.*

Так ребенок выражает свои эмоции, расслабляется, выплескивает энергию, которая накопилась. Разрешите малышу быть дома таким, как ему хочется. Попробуйте вместе с ним подурачиться, и отличный вечер вам обеспечен.

🔹*Лазать по спорткомплексам.*

Мамы останавливают детишек, чтобы не упал, не ушибся. Запрет может не подействовать, малыш все равно полезет, но с большей вероятностью упадет, если вдогонку ему кричать: «Упадешь!» Легче научить ребёнка аккуратно залазить на горку и ступеньки.

🔸*Рисовать.*

Часто мамы боятся, что ребёнок испачкается, разрисует стены, наестся красок. Но этого всего можно избежать, выделив место и одежду для рисования. В рисовании ребенок проявляет свои чувства и переживания, поскольку словами это сделать ему пока сложно.

- *Игры с водой.*

Вода очень манит малышей. Это источник большого счастья и открытий. Поэтому лучше присоединитесь к ребенку, организуйте пространство и получайте удовольствие вместе с ним.

- *Трогать хрупкие вещи.*

Лучше будьте на чеку и объясняйте ребенку, что с этим стоит быть осторожней, где может быть опасность, как лучше обходиться с этой вещью. Расскажите, что ее можно потрогать, рассмотреть, а потом аккуратно положить. Ребенку часто просто хочется потрогать.

- *Высказывать свое мнение.*

Ребенок - это маленькая личность, и у него тоже может быть свое мнение. Поэтому говорите с ним на равных, слушайте его и помните, что он тоже имеет потребности, желания, он тоже чувствует и думает.

Спасибо за внимание!