

Как преодолеть трудности поведения ребёнка.

- 1. Устанавливайте правила.** Правила должны быть изложены чётко и определённо (например, все должны мыть руки перед едой, убирать игрушки). Правила надо вводить последовательно. Они должны соответствовать уровню развития ребёнка, его возрасту.
- 2. Избегайте конфликтов.** Разумеется, если ребёнок ведёт себя плохо, он нуждается в строгом воздействии. Однако вы можете предусмотреть возникновение многих конфликтов и избежать их. Если убрать хрупкие и опасные предметы подальше от ребёнка, там, где он не достанет, то не будет необходимости весь день твердить ему: «Не трогай, положи на место». Признайте, что иногда вы сами создаёте конфликтные ситуации, например – когда ребёнок отказывается есть. Он уже достаточно созрел, чтобы иметь собственные желания. Если на него давить, это только усилит его сопротивление. Лучше всего – похвалить ребёнка, когда он ест хорошо, и не сердиться на него, если он отказывается от какого – нибудь блюда.
- 3. Обсуждайте с ребёнком его поведение.** Например, скажите: «У тебя есть привычка разбрасывать вещи (игрушки) по дому. Мне приходится перешагивать через них. Что мы будем с этим делать? Может, ты сам сможешь мне решить, что будет, если ты не уберёшь свои вещи (игрушки)?»
- 4. Используйте тайм – ауты.** «Тайм – аут» - прекрасный способ ограничить действия ребёнка, не причиняя ему эмоциональной травмы. Он даст как ребёнку, так и вам возможность успокоиться и избежать конфликта. Выделите стул или кресло («тихий стул», «тихое кресло»), на которые вы будите отправлять ребёнка в момент обострения ситуации и где он сможет отдохнуть и подумать. Не используйте для «тайм – аутов» просто комнату, где полно всяких игрушек и интересных вещей, с которыми ребёнок может поиграть во время наказания. Важно действовать незамедлительно, чтобы он понял связь между своим поступком и «тайм – аутом». Время на раздумье – 3 мин. После перерыва ребёнок возвращается к игре. Не следует его больше ругать или как – то напоминать ему о возникшем инциденте.
- 5. Исключите эмоции, не читайте нотации и не спорте, когда призываете ребёнка к порядку.** «Таня, я не собираюсь с тобой спорить. Бить других детей нехорошо, я хочу, чтобы ты сейчас подумала о своём поведении. Иди посиди немного в «тихом кресле». Дети должны знать, что любое действие имеет последствие. Хорошие поступки – похвала, одобрение, плохое – наказание. Если ребёнок кричит и ведёт себя плохо, можно продлить время пребывания в «тихом кресле» (но не более 5 – 6 мин.). Когда время наказания закончится, не забудьте спросить ребёнка, понял ли он, за что его отправили на «тихое кресло».
- 6. Хвалите ребёнка.** Похвала – это передача ему ваших ожиданий. Полезно, чтобы ребёнок знал, за что конкретно его похвалили. Лучше сказать «Мне нравится, что ты поделился игрушкой», чем выразиться менее понятно – «Ты хороший мальчик». Похвала развивает у ребёнка чувство уверенности в своих силах. Уверенный в себе ребёнок легче переносит замечания, он понимает, что они касаются его поведения, а не личности.
- 7. Следите за своим поведением, показывайте хороший пример.** Дети очень наблюдательны и копируют поведение родителей. Если вы кричите – так же будет делать ваш ребёнок. Он употребляет слова, которые слышит от вас, подражает вашему поведению.

Для дошкольника родители – самое главное, поэтому он считает, что все, что они делают – это хорошо!

8. Чаще играйте с ребёнком. Игра укрепит доверительные отношения, позволит вам ненавязчиво, без нравоучений и конфликтов развивать ребёнка, лучше понять его. Любите его, хвалите за каждую мелочь, и он ответит вам тем же.