

Практическое занятие для родителей.

Тема «Как справиться с капризами и упрямством ребёнка?»

Цель: обучение эффективным способам взаимодействия родителя с ребёнком; снятие эмоционального напряжения.

1. Вступительная часть.

Уважаемые родители, тема сегодняшней нашей встречи «Как справиться с капризами и упрямством ребёнка?». Данная тема актуальна в наши дни, так как социально-экономические, политические, духовные изменения нашего общества привели к изменению личностных ориентиров и мировоззрения современных родителей.

- Как вы относитесь к капризам и упрямству детей?
- Продолжите пожалуйста предложение : «Капризы ребёнка вызывают у меня _____» и « Упрямство вызывает у меня _____». Свои ответы вы можете озвучить или написать. (желающих высказаться выслушиваю).

Посмотрите, как всё-таки нелегко справиться нам с данной проблемой.

Я вам предлагаю провести шкалирование по 10 бальной шкале. Оцените , пожалуйста, свою способность справиться с капризами и упрямством ребёнка, где 0 – не могу, 10 – максимальное желание, всегда могу, проблем не вызывает. Запишите себе.

Мы с вами люди вежливые и воспитанные, при встрече всегда приветствуем друг друга каждый по-своему, сегодня я вам хочу предложить невербальный способ приветствия : перед вами на столе – карточки, возьмите одну карточку, никому не говорите, что на ней написано. Это три разных способа приветствия: «европейцы» пожимают друг другу руки, «японцы» кланяются, а «африканцы» прикасаются к правому плечу. Ваша цель – найти « своих» и собраться вместе за отдельными столами, ориентируясь по национальным флагам.

Говорить нельзя, только приветствовать друг друга!

2. Основная часть.

- Что же такое каприз ? Это стремление детей, прежде всего дошкольного и младшего школьного возраста, добиваться чего-то запретного, недопустимого или невозможного в данный момент. Капризы обычно бывают беспричинны, почти всегда сопровождаются плачем, криком, топанием ног, разбрасыванием первых подвернувшихся под руку предметов. Подчас капризы ребёнка нелепы и совершенно не выполнимы. Например, вдруг хочется молока, которого в доме нет, или идти в детский с мамой, а его ведёт бабушка и т.д.

Упрямство-определённый способ ребёнка настоять на своём «Я», его одна из первых попыток самоутверждения. Ребёнок начинает проявлять упрямство в ответ на определённое поведение или некоторые требования родителей. Упрямство ребёнка – результат требовательности самих родителей а капризы, наоборот проявляются вследствие чрезмерной уступчивости взрослых. У «упрямца» формируются такие качества как самоуважение, самоуверенность, чувство собственного достоинства.

Для истерик у детей характерны невероятная яркость, своего рода «игра на публику», зависимость от внешних обстоятельств и наличия зрителей. Детская истерика обычно сопровождается малыми припадками : громогласный плач, крики, битье головой о стену или пол. В тяжёлых случаях происходят непроизвольные судороги, а также , так называемый «истерический мост», при котором ребёнок выгибается дугой.

Характерной особенностью детских истерик является то, что они возникают в ответ на обиду или неприятное известие, усиливаются при повышенном внимании окружающих и могут быстро прекратиться после того как это внимание иссякнет.

Многих родителей беспокоят капризы и упрямство детей. На самые обычные предложения – помыть руки, убрать игрушки- малыши может ответить непониманием или бурным протестом. Подобные реакции у некоторых ребят проявляются так часто, что родители начинают относиться к ним как к закономерным явлениям. Однако считать, что капризы и упрямство сопутствуют детскому возрасту, было бы неверным. Склонность к капризам связана, конечно с психофизическими особенностями детей. Чем младше ребёнок, тем ярче у него выражены процессы возбуждения, а в связи с этим импульсивность, несдержанность.

Если капризы и истерики у детей постоянны, это может быть следствием заболевания нервной системы, и ребёнка следует показать врачу-неврологу. Если же со здоровьем всё в порядке, и, если капризы или истерики при одном из родителей ребёнок себе не позволяет , то корень проблемы стоит искать в семейных отношениях, а именно, в реакциях родителей на поведение ребёнка.

Капризы могут возникнуть в ответ на слишком потакающее действие взрослых, на их противоречивые требования или на чрезмерно строгие меры, которые применяются к малышу. Благоприятными условиями для возникновения капризов так же являются переутомление, некомфортная обстановка, плохое самочувствие, повышенная эмоциональная возбудимость. Кроме того, капризы могут быть предвестниками болезни.

Одна из причин непослушания детей – неразумная любовь родителей к ним, вернее, проявление этой любви. Если ребёнок чувствует, что постоянно является центром всеобщего внимания, что все разговоры в семье – о нём, он поневоле становится домашним тираном, с помощью своих «дай», «принеси», «хочу», «не хочу» командует взрослыми, добиваясь желаемого. Одержимые в стремлении доставить малышу радость, родители забывают о воспитании дисциплины желаний. Ребёнок привыкает только брать, ничего не давая взамен. Он смотрит на домашних с позиции потребителя и в кругу сверстников претендует на одни права, не признавая за собой никаких обязанностей. Если ребёнку всё разрешают, выполняют все его требования, «только бы он не расстроился», то последствия такого воспитания обычная капризность, избалованность и вседозволенность. Многим мамам не удастся ни чего придумать в такой сложной ситуации и они предпочитают уступить, лишь бы он замолчал. Это, конечно, вынужденный, но опасный путь. Он ведёт к тому, что реакции детей закрепляются и в следующий раз повторится нечто подобное, только с ещё большей силой. Родителям следует чётко определить список разрешённых и запрещённых вещей, и всегда придерживаться однажды установленного запрета. Ребёнок, склонный к ярким реакциям, использует любую трещинку в отношениях между членами семьи. Вот он бросается с криком на пол, чего-то требуя. Родители непреклонны. Мама крепится с трудом, но её стойкости хватает ненадолго и она говорит: «Ну, ладно, давай уступим». А ему только этого и надо. Он кричит и требует ещё настойчивее. Дети гораздо наблюдательней, чем мы думаем. И прекрасно понимают, что за конфеткой, которую мама не даёт, надо идти к деду, что гулять надо идти с папой, так как он покупает «запрещённую» газировку, а если устроишь бабушке истерику, можно получить всё и немножко больше. Ни в коем случае один из родителей не должен отменять запретов другого. Родители не должны позволять ребёнку добиваться желаемого с помощью истерик. В тоже время, конечно, нужно быть терпеливым и находить компромиссы.

Уважаемые родители, перед вами на столе с одной стороны по 1 конфликтной ситуации, вам необходимо найти все возможные варианты решения данной конфликтной ситуации (они находятся на противоположной стороне стола).

А теперь давайте обсудим, что у вас получилось.

-Попросим «европейцев», прочитайте ситуацию и выход из неё.

- «Японцев».

-«Африканцев»

-Спасибо, как мы с вами видим, можно найти множество решений выхода из критической ситуации.

Предлагаю вернуться в круг. Представьте, что вы наблюдатель. Перед вами ситуативная картина: пятилетний ребёнок с мамой, у ребёнка приступ истерики – не купили игрушку.

-Посмотрите, как ведёт себя мама?

-Как ведет себя ребёнок?

-Что хочется сделать вам?

-А теперь представьте себя мамой этого ребёнка. Что вы чувствуете когда ребёнок ведёт себя так в присутствии окружающих?

-Что хочется сделать вам, как маме?

-А теперь представьте, что вы ребёнок, вас рано разбудили в детский сад, надели колючие колготки, платье нелюбимое, а в детском саду обидели и ещё вечером пришла мама, накричала, что медленно одеваешься. По дороге домой вы зашли в магазин, вам хочется шоколадку, но её не покупает мама, а вы понимаете, что только эта шоколадка может улучшить ваше настроение за весь день, но мама сказала, что сегодня будет только хлеб...

У ребёнка начинается истерика...

-Что вы чувствуете?

-Что хочется сделать?

-Что хочется, чтобы сделали окружающие?(не комментирую)

Мы сейчас посмотрели на ситуацию с 3-х позиций, устраивает ли вас реакции в первом случае? Во втором? В третьем?

Помогут ли вам знания, полученные сегодня, вести себя экологично (когда всех устраивает) конкретно в данной ситуации?

-А теперь давайте вернёмся к шкалированию.

В начале нашей встречи вы оценивали способность справиться с упрямством и истериками ребёнка по шкале от 0 до 10.

Как теперь, имея знания, вы оцениваете эту способность?

Что вы думаете по поводу сегодняшней встречи?

Вот и подходит к концу наша встреча. Сегодня мы с вами убедились, что плохое поведение у детей, истерики - явление хоть и неприятное, но временное и вполне преодолимое. Вера в свои силы, искренняя любовь к ребёнку, понимание помогут вам понять, что безвыходных ситуаций на пути воспитания ребёнка не бывает. Л.Н.Толстой так сказал о воспитании наших детей «Воспитание представляется сложным делом только до тех пор, пока мы хотим, не воспитывая себя, воспитать своих детей или кого бы то ни было. Если же поймёшь, что воспитывать других мы можем только через себя, то упраздняется вопрос о воспитании и остаётся один вопрос: как надо самому жить?»

Успехов вам в воспитании ваших детей!

Рецепты подавления детских истерик могут быть разными.

Одни закрывают ребёнка в детской комнате с рекомендацией подумать над своим поведением, или просто уходят в другую комнату, давая ему понять, что аудитории у него нет. Некоторым детям, чтобы успокоиться, нужен строгий родительский окрик или более жёсткая реакция, наказание. Жалея или наказывая ребёнка, нужно помнить, что слёзы- обычная детская реакция на обиду или боль- превращаются в орудие эмоционального шантажа родителей и, упустив момент адекватной реакции, мы сами формируем у ребёнка патологические черты характера.

Есть и другая крайность, очень нежелательная,- чрезмерная строгость воспитания, которая вызывает у малыша ощущение подавленности. По сути требовательность – это диктат, она должна

быть разумной и доброжелательной. Решающее значение в воспитании ребёнка имеют атмосфера, господствующая в семье, принятый в доме стиль и тон обращения друг с другом, взаимоотношения между членами семьи.

Плохо, когда взрослые затевают при детях споры о воспитании. Это неверно ориентирует ребёнка, даёт ему повод не считаться с требованиями старших или легко использовать родительские разногласия в своих целях.

Каждый ребёнок-индивидуальность, он рождается с определённым темпераментом, набором задатков. Одного нужно стимулировать к деятельности, а другого успокаивать, вырабатывать у него усидчивость, третьему внушать уверенность в своих силах. Учитывать специфику нервной системы ребёнка и находить оптимальные варианты воспитательных приёмов- дело сложное, но хорошие результаты оправдывают любые усилия.

Притча «всё в твоих руках»

«Жил мудрец, который знал всё. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не всё. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: «скажи, мудрец, какая у меня в руках бабочка живая или мёртвая?» А сам думает: «Скажет живая – я её умертвлю, скажет мёртвая – выпущу». Мудрец, подумав, ответил «Всё в твоих руках». Как замечательно подходят слова этой притчи к теме нашей встречи. Именно в наших руках, в руках взрослых: мам, пап и педагогов какое поведение есть и будет у нашего ребёнка, и какими вырастут наши дети.

Конфликтная ситуация № 1

Девочке 1 год и 8 месяцев. Она стала очень капризной, причём проявляется это при маме и папе, а с бабушками девочка послушная. Мама не знает, что ей делать: шлёпать – бесполезно, ещё сильнее начинает плакать. Не обращать внимания на капризы – тяжело, поскольку приступ может длиться очень долго, и нервы мамы не выдерживают. На днях, например, долго кричала «Дай пить!». Пока мама готовила чай, началась истерика. Когда дала ей

чашку, отшвырнула с криком « Не буду пить!». Не бывает дня, чтобы девочка не капризничала. Маме кажется, что дочка стала чувствовать свою власть над нею и день ото дня её поведение становится совершенно невыносимым.

Конфликтная ситуация № 2

Мама зовёт дочку купаться. В ответ слышит «Не хочу! Не буду!»

«Ты же сама только что просилась, я уже ванну с пеной сделала!»- удивляется мама.

«Не хочу с пеной, хочу с солью!»- слышит она в ответ.

«Но с солью мы сделаем завтра, а сейчас смотри, какая пена!»- продолжает уговаривать дочку мама. (ну не спускать же только что налитую ванну).

Тут заглядывает в ванну папа со словами :«Я сейчас сам буду купаться».

На что дочь отвечает: «Ууууу» Хочу купаться! Папа уйди!»

Конфликтная ситуация № 3.

Дочка требует у мамы : «Купи шоколадку».

Мама купила, причём ту, которую просила . Девочка развернула шоколадку и сказала, что эту не хочет, хочет другую. Мама строго ответила «Ешь, что купила!». Обычно на этом всё и заканчивалось.

А тут... девочка закричала, завизжала, ногами затопала, на пол упала, сопли- слюни. Мама не может её поднять и унести, потому как в обеих руках сумки. Чего только не наслушалась она ...

Никто из окружающих её не поддержал. Самое мягкое высказывание было от продавцов : «Выведите ребёнка, он мешает работать!»

Кое- как мать вытащила дочь на улицу(там она упала в лужу), еле- еле поймала машину, где истерика продолжалась.

Научиться предупреждать вспышки

Дети скорее раздражаются плачем и криком, когда они устали или чувствуют, что их торопят. Постарайтесь предвидеть такие моменты: не отправляйтесь в магазин за покупками, когда ваш ребёнок проголодался. Собираясь в сад, не предлагайте надеть одежду, которую ребёнок не может терпеть.

Переключить детей на действия

Маленькие дети более склонны реагировать на просьбу родителей Сделать что-то, так называемые команды «вперёд», чем прислушаться к просьбе прекратить делать что-то.

Поэтому, если ребёнок кричит и плачет, попросите подойти к вам, дайте ему что-нибудь в руки, вместо того, чтобы прекратить крик. В первом случае он более охотно выполнит просьбу.

Назвать ребёнку его эмоциональное состояние

Ребёнок может оказаться неспособным выразить словами (или просто осознать) своё чувство ярости. Чтобы помочь ему контролировать свои эмоции, следует присвоить им определённое название, например : «Может быть ты сердишься потому, что не получил пирожного?». Дайте ему чётко понять, что, несмотря на чувства, есть определённые пределы его поведению. Скажите ему «Хотя ты и рассердился, нельзя кричать в магазине.» Это поможет ребёнку понять, что есть ситуации, в которых такое поведение не допускается.

Сказать ребёнку правду относительно последствий

При разговоре с маленькими детьми часто бывает полезным объяснить последствия их поведения. Объясните всё очень просто: «Ты ведёшь себя плохо, и мы не позволим этого. Если ты будешь продолжать, тебе придётся уйти к себе в комнату».

Дайте ребёнку побыть с самим собой

Прежде всего, научиться внешне спокойно переносить крик ребёнка. Лучше в такой момент оставить его одного до тех пор, пока не пройдёт это состояние. Нужно понимать, что бурная сцена рассчитана ребёнком на зрителей и сочувствующих. Если же малыш постоянно будет убеждать в том, что вопли ничуть не трогают окружающих, то привычка имитировать истерику постепенно исчезнет.

Каприз или потребность

Если ребёнок может спокойно объяснить, зачем ему нужно «то-то», то это не каприз, а потребность. Следует помнить, что потребности взрослых и детей различны в корне. И не стоит пренебрегать детскими потребностями, поставьте себя на место вашего ребёнка.

Уделяйте ребёнку внимание

Ребёнку с самого начала жизни необходима родительская любовь. Однако если он окружен излишней заботой и вниманием, он бессознательно начинает злоупотреблять ими. Так, уже в конце первого года жизни его крик, плач могут означать не только то, что он хочет, есть или пить. Плач становится для него способом позвать к себе родителей, обратить на себя их внимание. В последствии это может привести к постоянным капризам.

Не кричите на ребёнка

Даже если у Вас нет сил, слушать крики и наблюдать безобразное поведение своего ребёнка, постарайтесь сдержать себя (вы всё-таки старше) и спокойным тоном объяснить своё решение. Вы пример для своего ребёнка, он копирует Ваше поведение.

Не говорите просто «нет»

Иногда бывает достаточно сложно объяснить, почему Вы разрешаете ребёнку что-либо. Достаточно распространенная ситуация: ребёнок просит игрушку в магазине, а родители просто говорят «нет». Ребёнок начинает плакать и упрашивать, а родители раздражённо отказывают. Это в корне не правильно. Нужно объяснить почему «нет». Ваш ребёнок гораздо умнее, чем вы думаете, и он тоже имеет право знать, почему у него не будет этой прекрасной на его взгляд игрушки.

Не ущемляйте ребёнка

В определённом возрасте дети начинают активно познавать мир. Им интересно всё, что их окружает и Ваши вещи в том числе. Постарайтесь с самого раннего возраста объяснить ребёнку что есть «своё» и «чужое». И что чужое брать не надо. Но если всё же ребёнок взял какую-то из ваших вещей, не отнимайте её у него, а предложите альтернативу. Например, ребёнок взял Ваш мобильный телефон, и не хочет отдавать его обратно. Кричит и ругается с Вами- одним словом капризничает. Вы должны взять какую-либо из его вещей и предложить обмен. В 90 % случаев ребёнок соглашается. При этом не забудьте объяснить, что « это мамино» и нельзя брать это без разрешения.

Не потакайте капризам ребёнка

Иногда родители позволяют ребёнку больше, чем нужно. Очень быстро ребёнок начинает считать, что ему можно всё. Так продолжается до тех пор, пока не поступит первый отказ. Вот тут-то и начинаются капризы и истерики. Поймите, бездействие иногда хуже действия. Прощая ребёнку всё, Вы его балуете. Если ребёнок делает, что-то что Вас не устраивает, нужно сказать ему об этом. Спокойно и обстоятельно объяснить, почему Вы не хотите, чтобы он это делал. Причём, аргументы приводить нужно действительно весомые, а не «Я сказала, не делай так!».

Поменяйтесь местами

Этот метод хорош для детишек после 3 лет. Они уже хорошо Вас понимают и смогут понять «в чём подвох». Если ребёнок начинает капризничать и никакие способы прекратить не работают, идите ва-банк. Начните копировать его. Кричите, канючите, хватайте его за руку (не сильно), требуйте от него что-нибудь. Например,

покормить его, поиграть с Вами и т.д. Ребёнок не сразу поймёт, в чём дело. Вам нужно сделать так, чтобы он как бы встал на Ваше место. Этот метод не совсем педагогичный но, вполне действенный. Дети начинают понимать, как Вы решите конфликтную ситуацию безболезненно и для Вас и для ребёнка. Дети с радостью начинают ухаживать за Вами и потакать Вашим капризам. Но помните, этот метод на крайний случай.

Подавайте хороший пример

Если Вы сами все время капризничаете и ругаетесь, манипулируете близкими людьми и часто кричите, не ждите, что Ваш ребёнок будет паинькой. Если Вы обладаете большим темпераментом, старайтесь направить его в позитивное русло. Ребёнок смотрит на Вас и, как бы это не звучало банально, Вы- главный пример для него.

Наказывать ли за капризы?

Смотря, что иметь ввиду под наказанием. Если шлепать ремнем или ставить на горшок, то нет, ни в коем случае! Насилие это не метод. Конечно , в каждом конкретном случае приходится поступать по-разному, но постарайтесь не реагировать на советы посторонних, по возможности переждите вспышку, дождитесь, когда аффект станет вялым, продолжайте свой путь в молчании. Когда ребёнок успокоится, необходимо обсудить происшедшее : «Что сегодня произошло, как надо было попросить?». Научите ребёнка извиняться за свои поступки, и в следующий раз ему легче будет управлять собой.

