

Беседа с родителями "Развитие эмоционального интеллекта. Жить с ребенком - дело не простое..."

Нам всем хотелось бы владеть безотказным методом воспитания, но увы!

Родительское ремесло предполагает необходимость каждый день заново приспосабливаться к ситуации. Ведь ребенок растет и меняется каждый день. И наша совместная жизнь часто сводится к преодолению повседневных трудностей. «Давай скорей!», «Не реви!» Около 80% наших высказываний, обращенных к сыну или дочери, - это указания и запреты. Но они лишь иногда оправдывают себя, и то только в краткосрочной перспективе: дисциплинарные меры обычно не делают детей дисциплинированными. Стоит властному родителю отвернуться, и ребенок тут же перестает «властвовать собой»! К тому же мы то строги, то уступчивы - особенно когда устаем, когда чаша терпения переполняется или у нас просто не хватает времени. А главное – реагировать по-другому мы просто не умеем.

Порой родители уступают любой просьбе ребенка, чтобы порадовать его и завоевать его любовь. Но если мы так боимся расстроить ребенка, что не решаемся выразить свой гнев, позаботиться о собственных нуждах, потребовать соблюдения норм поведения и запретов, обеспечивающих безопасность, то в роли главного оказывается ребенок. И он испытывает от этого сильное беспокойство. Чтобы усвоить самодисциплину, дети больше нуждаются в разрешениях, нежели в запретах, - но только в правильных разрешениях, которые даются родителями, способными защитить и обладающими личным авторитетом (иначе у детей возникает ощущение вседозволенности). Ребенку не нужно позволение творить что вздумается, ему нужно разрешение быть самим собой, двигаться вперед, выражать свои эмоции, мысли, потребности...

На примере 10 распространенных ситуаций мы предлагаем вам определить свои типичные реакции, почерпнуть идеи, которые помогут вам действовать сознательно в зависимости от того, чего вы хотите для вашего ребенка.

- **Вспомните, как вы обычно реагируете в таких ситуациях** (как поступаете чаще всего и как - иногда). Самоанализ нужен не для того, чтобы себя оценить, - он позволит заметить постепенные изменения в себе.
- **Поставьте себя на место ребенка и представьте**, что бы вы почувствовали, услышав такой (ваш) тон, видя такое (ваше) выражение лица. Станьте вновь ребенком, вслушайтесь в свои чувства и мысли. Это поможет вам больше, чем любая книга по воспитанию.
- **Прочитайте «Новую установку», выраженную в одной-двух фразах.**
- **Перепишите эти фразы на листочки** и прикрепите на холодильник. Вы сможете обращаться к новым установкам и черпать в них вдохновение всякий раз, когда возникает «напряженная» ситуация, связанная с ребенком.

Ситуация 1

Он жалуется: «Наша воспитательница плохая и несправедливая! Она поставила меня в угол, потому что я просто нечаянно толкнул Васю».

Обычная реакция: в ответ на взволнованные слова ребенка мы склонны или приуменьшать значение проблемы, или обвинить его, или оборвать запретом.

Ваша цель: усилить вашу связь с ребенком и научить его противостоять трудностям.

Слушать его – значит уделять ему внимание, уважать его чувства и способности. А проблему пусть он решает сам.

Новая установка: он затевает разговор? Тсс! Сейчас не время говорить - смотрите на него и слушайте.

Ситуация 2

Он не убирает игрушки.

Обычная реакция: «Убери игрушки!» Подчиняясь, ребенок перестает ощущать свою индивидуальность. Мы управляем им, а он – всего лишь исполнитель.

Ваша цель: научить ребенка делать выбор, организовать свою жизнь и отвечать за себя.

Новая установка: чтобы не вызвать у ребенка сопротивление, предлагайте ему выбор (вместо того чтобы командовать).

Ситуация 3

Он безобразничает, воспитатели постоянно делают замечания, ваши отношения портятся.

Обычная реакция: нравоучения, наказания... Нам кажется, так мы возвращаем его на правильный путь.

Ваша цель: сделать так, чтобы ребенок почувствовал себя любимым, а у вас была возможность обсудить с ним причины его поведения.

Новая установка: уделяйте ребенку каждый день 10 минут искреннего внимания.

Ситуация 4

На полу в кухне разбитый стакан. Или на ковре в комнате большое пятно от варенья.

Обычная реакция: «Это кто сделал?», «Ты еще и стакан разбил?». Обвинения, поиски виновного... Сколько растроченной энергии, поводов для ссор и обид на пустом месте!

Ваша цель: научить ребенка наводить порядок самостоятельно.

Новая установка: как можно чаще просто описывайте то, что видите.

Ситуация 5

Ребенок приходит в слезах. «Антон обозвал меня дураком при всех».

Обычная реакция: ему плохо? Мы тут же вскипаем. Хотим сами решить проблему, свести счеты с обидчиком вместо него. Или делимся житейской мудростью, или успокаиваем.

Ваша цель: научить ребенка справляться с трудными ситуациями.

Новая установка: выражайте словами его чувства.

Ситуация 6

Ребенок приходит очень довольный. «Папа, смотри, что я нарисовал!»

Обычная реакция:

Ваша цель: помочь ребенку обрести уверенность в себе.

Новая установка: описывайте то, что видите, будьте точны в деталях. «Так, ты хотел нарисовать медвежонка. Здесь у тебя четкая линия, а тут потоньше».

Ситуация 7

Садясь за праздничный стол, он набрасывается на закуски и уплетает их за обе щеки, не думая о гостях.

Обычная реакция: мы склонны ругать ребенка за дурное поведение. Но подчеркивать, чего он делать не должен, - плохая идея.

Ваша цель: помочь ребенку использовать его энергию «в мирных целях».

Новая установка: задавайте направление, показывайте цель.

Ситуация 8

Ребенок играет на компьютере, хотя вы просили его закончить.

Обычная реакция: соблазн накричать велик. Но ведь и смолчать тоже невозможно!

Ваша цель: приучить ребенка думать о других.

Новая установка: перейдите от слов к делу, пусть он почувствует последствия своего поведения.

Ситуация 9

Дети ссорятся.

Обычная реакция: «Хватит ругаться! Ну-ка марш каждый к себе!»

Ваша цель: научить детей разрешать их конфликты.

Новая установка: будьте посредником и помощником. Уточните правила. Дайте детям высказаться, помогите им пересмотреть свои позиции.