

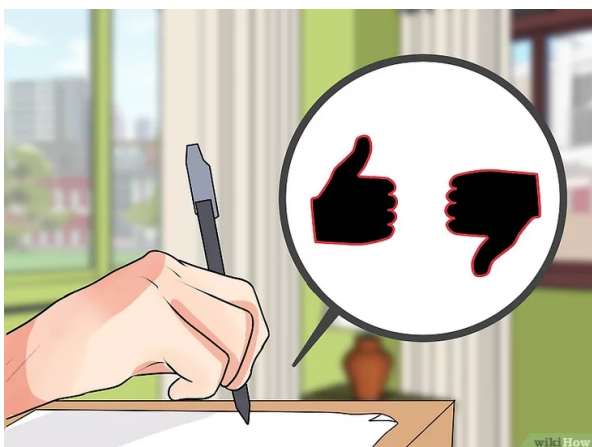
Как воспитывать балованных детей

Соавтор(ы): Команда wikiHow

Воспитание детей может быть очень сложным процессом. Некоторые дети все время капризничают и не слушаются, другие же могут проявлять свой нрав только изредка. Не забывайте, что когда вы имеете дело с непослушным ребенком, вы должны признать, что вас беспокоит именно само поведение, а не ребенок. Предпринимайте меры, которые помогут определить границы дозволенного, бороться с истериками, справиться с плохим поведением и укрепить хорошую модель поведения, и тогда вы в кратчайшие сроки сможете воспитать послушного ребенка. Если вы заботитесь о чужих детях, можно предпринять шаги, с помощью которых вы научите их правильно себя вести, не подрывая авторитет их родителей.

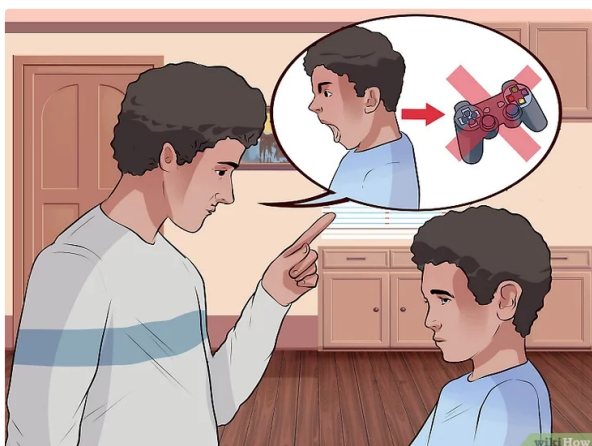
Часть
1

Часть 1 из 5:
Наладьте систему



1 Разработайте ряд правил. Он должен быть написан с учетом возраста вашего ребенка. Младшим детям будут нужны более простые и понятные правила, в то время как старшие могут понимать и более сложные правила, которые можно менять в зависимости от ситуации. В списке следует выделить те правила, которые направлены на устранение капризного поведения, которое демонстрируют ваши дети.^[1]

- Например, если ваш ребенок ведет себя агрессивно, когда не получает желаемого, и, если он может ударить вас или кого-то другого, вы должны разработать правило, которое строго запрещает такое поведение.
- Список правил должен включать все процедуры, которые ребенок должен делать каждый день. Правила также должны зависеть от его возраста. Список может включать в себя чистку зубов, умывание и расчесывание по утрам, заправку постели, уборку игрушек и так далее.
- Сядьте и обсудите этот список правил со своим ребенком, чтобы он знал, что вы от него ожидаете.



2 Для каждого правила придумайте последствия его невыполнения. У вас должны быть не только четкие правила, которые ваш ребенок сможет понять, и которым он будет следовать, вы также должны объяснить, что будет, если одно из правил нарушается. Если нарушается очень важное правило (например, ребенок бьет вас), то последствия должны быть более суровыми по сравнению с нарушением менее приоритетного (например, если он не заправит постель утром).

- Никогда не используйте физическое насилие как способ наказания ребенка. Удары или шлепки не только ухудшат отношения между вами; такой метод покажет, что он может силой и ударами заставить более слабых людей дать ему то, что он захочет.^[2]

- Обязательно совместно обсудите каждое правило и последствия его нарушения. Таким образом, ребенок будет понимать, чего можно ожидать.



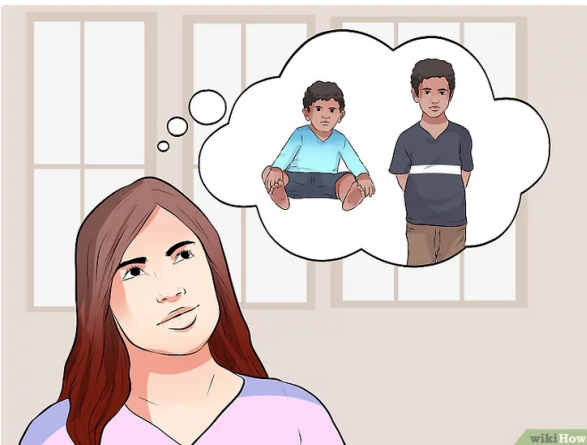
3 Займите ребенка чем-нибудь. Скучающие дети всегда найдут способы развлечь себя. И хотя в том, что дети сами придумывают себе развлечения, нет ничего плохого, иногда они могут осознанно вести себя неподобающе.^[3]

- Например, если ваш ребенок проведет весь день дома, постарайтесь запланировать различные виды деятельности. Отведите час на раскрашивание, пока вы занимаетесь своими делами. Поиграйте вместе с ним некоторое время, попросите его помочь приготовить обед или предложите пойти на улицу и порисовать пальцами. Было бы неплохо давать ребенку время на самостоятельные игры, но важно также проводить время, играя вместе и развивая ваши отношения.



4 Составьте расписание. В дополнение к заданиям, которые вы даете ребенку, у вас должен также быть режим, которого вы будете придерживаться каждый день, особенно если ваш ребенок еще не учится в школе. Так ребенок будет знать, что и на когда у него запланировано, и это, в свою очередь, уменьшит скуку или разочарование.

- Например, укладывайте его спать в одно и то же время каждый день. Старайтесь также быть последовательными. Сделайте так, чтобы ребенок принимал ванну в одно и то же время. Например, пусть он делает это перед сном, это будет сигналом к тому, что уже пора расслабиться.



5 Учитывайте возраст ребенка. По мере его взросления вам придется переосмыслить правила и последствия, связанные с их нарушениями. Поэтому важно помнить, что дети младшего возраста не в состоянии понять сложные правила с разными нестандартными решениями, в то время как детям постарше можно давать немного больше возможностей контролировать ситуацию.^[4]

- Дети от 0 до 2 лет не смогут понимать и следовать вашим правилам. Вместо этого, если вы хотите, чтобы какие-то вещи ребенок не трогал, лучше спрятать их где-нибудь повыше вне зоны его досягаемости. Если он все-таки делает то, чего

вы не хотите, мягко, но уверенно скажите ребенку «нет» и отвлеките его на какой-нибудь другой вид деятельности.

Можно делать перерывы на несколько минут и объяснять, что определенные действия (например, укус или удар) будут иметь негативные последствия. Перерывы более нескольких минут не будут эффективными для детей такого возраста.

- Дети в возрасте от 3 и 5 лет в состоянии понять связь между тем, что они делают и последствиями, которые следуют за их поступками. Если ребенок себя плохо ведет, сначала обязательно объясните ему, почему он так делать не должен, прежде чем объяснить последствия такого поведения. Объясните, что именно он сделал неправильно, и объясните, что произойдет, если он повторит это опять. Если ребенок сделает это еще раз, напомните, что вы об этом уже говорили, и примените наказание.
- В возрасте от 6 до 8 лет перерывы – это хороший способ введения дисциплины. Сделайте запланированный перерыв, во время которого ребенок не будет отвлекаться на, например, телевизор, компьютер и так далее, так как ему нужно подумать о том, что он сделал. Опять же, помните, не надо доходить до крайностей. Перерыва в 6-8 минут должно быть достаточно. Если ребенок устраивает истерику, скажите ему, что перерыв не закончится до тех пор, пока он не успокоится.
- Начиная с возраста от 9 до 12 лет, в дополнение к общепринятому порядку можно приступить к использованию естественных наказаний, например, можно использовать домашний арест на неделю в случае нарушения правил. Например, если ваш ребенок не сделал домашнее задание до того, как лег спать, то прежде чем наказывать, вы должны дать ему возможность самому понять, что ждет его в школе, если он придет туда с невыполненным домашним заданием. Начиная с этого возраста, дети должны сами начинать понимать, что происходит, когда они не делают того, что от них требуется.
- Если ваш ребенок – подросток, вы должны установить правила так, чтобы у ребенка была возможность самоконтроля и независимость, но в пределах разумного. Если правило нарушается, за этим обязательно должны последовать последствия, но, как и прежде, очень важно объяснить ребенку, почему так важно придерживаться правил. Например, если он приходит домой позже установленного вами времени без предупреждения, объясните, почему это так тревожит вас.

Реклама

Часть
2

Часть 2 из 5:

Справляйтесь с истериками



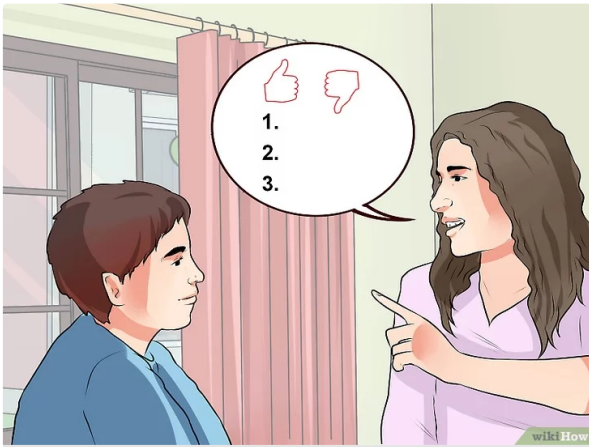
1 Исходите из поведения. Если ваш ребенок закатывает истерику (например, вопит, кричит, плачет, стучит кулаками и так далее), то лучшее, что вы можете сделать, это «убрать зрителей», для которых он и истерит. Ребенок может делать это либо для вас, либо для других детей, друзей вашего ребенка, бабушки, дедушки и так далее. Если вы находитесь дома и знаете, что ребенок не сможет причинить себе вреда, предложите всем на некоторое время пойти и позаниматься чем-нибудь в другой комнате.^[5]

- Если вы не у себя дома, постарайтесь как можно быстрее забрать ребенка из общественного места. Например, если вы в продуктовом магазине, заберите ребенка в автомобиль.



2 Дайте ему понять, что вы понимаете, насколько он расстроен. Если вашему ребенку меньше четырех лет, можно дать ребенку «поистерить» в одиночестве в безопасном месте. Проверьте его каждые несколько минут и рассказывайте ребенку, что вы в курсе, что он расстроен, и что вы бы могли все обсудить после того, как он успокоится.^[6]

- Если ребенок младше четырех лет бурно на вас реагирует, начинает бить, пинать, царапать или кусать вас, вы должны немедленно пресечь это. Скажите очень четко, что такое поведение категорически неприемлемо.
- Как только ребенок успокоится, и вы сможете поговорить с ним, выслушайте то, что он вам скажет, и объясните, что истерика – не лучший способ решать проблемы. Однако не зацикливайтесь на этом. Объясните, как с этим справиться, и двигайтесь дальше.



3 Напомните ему о правилах. Если ребенок старше четырех лет, и он закатывает истерику, мягко напомните ему о правилах. Объясните, что у него есть два варианта исхода событий: он может либо отказаться от неправильного поведения и делать то, что ему нравится и что вписывается в рамки правил, или же он может и дальше вести себя плохо, но тогда у него не будет достаточно времени на то, что он действительно любит делать.^[7]

- После того, как ребенок успокоится, обсудите то, как он мог бы выражать свои чувства в будущем. Попросите его подумать о том, как бы он мог реагировать лучше на разные ситуации.



4 Отвлеките его. Иногда истерики могут быть настолько сильными, что никакие доводы не действуют. В этом случае можно попробовать отвлечь ребенка его любимой книгой или соской, если он еще маленький.^[8]

- Однако после окончания истерики все равно не забудьте обсудить пути решения проблем в будущем.

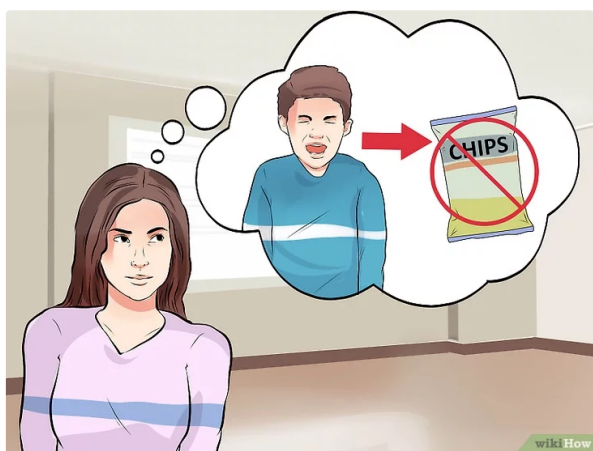


5 Не сдавайтесь. Когда ребенок закатывает истерику в общественном месте, например, в продуктовом магазине, может показаться, что лучший выход – просто дать ему то, чего он хочет, так он перестанет вас позорить. Однако это плохая идея, так ребенок каждый раз будет закатывать истерику, если ему чего-то не будут давать. Это может показаться вам хорошей идеей, однако вы пожалеете об этом в следующий раз, когда ребенок закатит истерику в такой же ситуации.^[9]



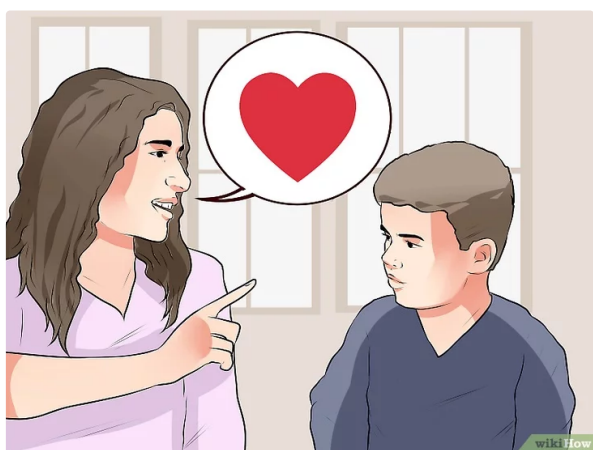
6 Не кричите на него. Когда ребенок устраивает истерику, и вы расстроены его поведением, у вас может появиться желание накричать на него. Однако крик вряд ли поможет в такой ситуации, и, скорее всего, он только увеличит уровень стресса у вас, и у вашего ребенка.^[10]

- Вместо этого говорите размеренным и спокойным голосом. Если вы чувствуете, что хотите накричать, лучше вообще промолчите. Если вы теряете самообладание, постарайтесь отвлечься от ситуации на несколько минут при условии, что ваш ребенок за это время не причинит себе вреда.



7 Устраните вещь, которая вызвала истерику. Когда ребенок успокоится, удалите объект, который ее вызвал, и постарайтесь сосредоточить внимание ребенка на чем-то тихом и спокойном.^[11]

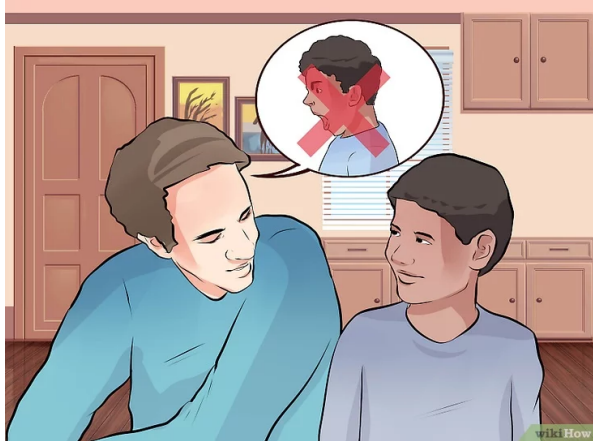
- Например, если ваш ребенок расстроился из-за того, что он хотел шоколадку, заберите его из этого отдела, пусть он полистает журнальчик, пока вы закончите с покупками.



8 Напомните ребенку, что вы любите его. Скажите ему, что хоть вам и не нравится его поведение, вы все равно его любите, и будете любить всегда. Для ребенка важно понимать, что ваша любовь безусловна и не зависит от его хорошего поведения.^[12]

- Например, можете сказать: «Та истерика – это плохо, я надеюсь, ты понимаешь, что мне не нравится, когда ты орешь и кричишь, но я тебя очень сильно люблю, даже, когда ты так себя ведешь». Ни в коем случае не говорите что-то вроде: «Ты очень плохой ребенок. Иногда мне очень трудно любить тебя, когда ты ведешь себя так!»

Реклама



1 Расскажите ребенку о своих пожеланиях относительно его действий. Если ваш ребенок ведет себя плохо или делает то, что вы бы не хотели, чтобы он делал, недостаточно просто сказать: «Прекрати!». Вместо этого скажите, что бы вы желали, чтобы он делал, и какая награда его ожидает за правильное поведение.^[13]

- К примеру, если ребенок накричал на своего младшего брата или сестру, скажите: «Помни, у нас есть правило о крике. Если она чем-то тебя расстраивает, лучше уйди от нее, вместо того чтобы кричать. Когда я увижу, что ты так сделал, я возьму тебя на тот фильм, который ты так хотел посмотреть».
- Дайте ребенку шанс рассказать вам, что у него на уме. Например, можно спросить: «Что такого делает твоя сестра, что ты хочешь на нее кричать?» Такая беседа даст ребенку ощущение, что его пытаются понять и признают, что он расстроен, а не просто хотят перенаправить его поведение в другое русло.



2 Напомните ребенку о правилах. Если он делает что-то против правил, напомните о правилах и последствиях их невыполнения. Объясните, что, если он будет продолжать нарушать правила поведения, вы будете вынуждены предпринять соответствующие меры.^[14]

- На этом этапе можно дать им возможность выбирать. Объясните ребенку, что он может либо прекратить плохо себя вести, и тогда ему не придется прочувствовать на себе последствия нарушения правил, или он может продолжать вести себя так и дальше, но тогда и последствий не избежать.



3 Не сходите с пути. Иногда применение наказаний за нарушения правил может быть проблемой. Однако если ребенок нарушил правило, очень важно, чтобы вы делали то, что обещали, и делали это своевременно. В противном случае ребенок поймет, что вы сами не придерживаетесь правил, так почему тогда он должен это делать?^[15]

- Если по каким-то причинам вы не можете сразу ввести наказание, объясните ребенку, что вы обязательно сделаете то, что обещали, но это будет позже. Объясните причину задержки, чтобы он понимал, почему он не наказан за плохое поведение сейчас.



4 Будьте последовательны. Это может утомлять, потому что вам, скорее всего, придется несколько раз сталкиваться с одним и тем же поведением, но зато так ваш ребенок поймет, что его ждут последствия каждый раз, когда он нарушит правило. Обязательно объясняйте ему, в чем заключается суть правила, как ребенок его нарушил, и какие последствия его ждут.

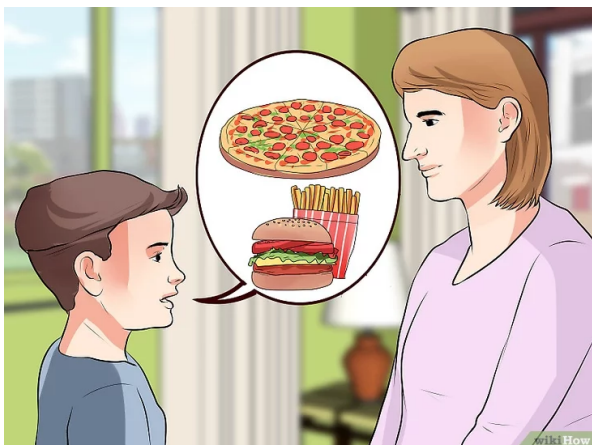
- Например, если ваш ребенок бьет другого ребенка, сразу же устройте им перерыв, на протяжении которого они бы не могли играть (5 минут достаточно). Если плохое поведение повторяется, повторите последствия. Делать это нужно как можно чаще, чтобы ваш ребенок понимал, что плохое поведение всегда имеет последствия.^[16]

Реклама

Часть
4

Часть 4 из 5:

Поощряйте хорошее поведение



1 Попросите ребенка помочь вам придумать награду за его хорошее поведение. Можно сесть с ним и записать несколько вещей, которые он хотел бы сделать, блюда, которые он хотел бы съесть, и места, которые он хотел бы посетить за его хорошее поведение. Он расскажет, чего действительно хочет, а вы уже сможете расставить приоритеты.^[17]

- Когда ваш ребенок делает что-то действительно потрясающее, вы можете выбрать для него самую лучшую награду. Например, если его учитель сообщает, что ребенок весь месяц очень хорошо вел себя в школе, можно порадовать его и сводить в зоопарк (если он очень хотел туда попасть). Можно выбрать что-то другое, чтобы вознаградить ребенка за хорошее поведение, если ребенок делает что-то без напоминаний (например, сам заправляет кровать каждый день в течение недели).



2 Хвалите ребенка. Если вы заметили, что ваш ребенок особенно хорошо ведет себя, скажите ему об этом. Поблагодарите его за хорошее поведение и обнимите. Порадуйте его чем-нибудь из списка вознаграждений.

- Если вы не будете вознаграждать ребенка за его хорошее поведение, пока он вам об этом не напомнит, ребенок может подумать, что вы и вовсе не обращаете на него внимание.



3 Проводите с ним время. Большинству детей действительно нравится делать что-либо вместе с родителями и воспитателями. Если ваш ребенок ведет себя хорошо, покажите ему, что вы цените его, занимаясь с ним общим делом. Позвольте ему брать на себя больше ответственности в заданиях. Это покажет ребенку, что вы заметили его хорошее поведение, и таким образом награждаете его.

- Например, если ваш ребенок ведет себя очень хорошо, попросите его пойти с вами в сад и посадить вместе цветы. Предложите ему взять на себя немного ответственности (в пределах разумного). Пусть сам выберет, где посадить цветы, пусть сам бросит семена в ямки и засыплет их.

Реклама

Часть
5

Часть 5 из 5:

Забота о чужих детях



1 Обсудите дисциплину ребенка с его родителями. Важно обсуждать с родителями ребенка, который нарушает правила, необходимость дисциплины. Спросите их, как они работают над этой проблемой, и чего они ожидают от вас, когда дело доходит до заботы о ребенке и его наказания в случае несоблюдения правил.^[18]

- Важно обсудить эти детали с родителями, чтобы не было никаких недоразумений. В противном случае вы можете использовать не те методы, что и родители. Это не только вызовет растерянность и стресс у ребенка, но также может стать причиной возникновения напряжения в ваших отношениях с родителями.



2 Установите правила. Вероятнее всего, ваши правила будут такими же, что и у родителей ребенка. Однако можно попросить родителей включить в их список один или два новых правила, которые относятся конкретно к тому, как ребенок должен себя вести в вашем присутствии.^[19]

- Например, можно включить правило, которое прямо говорит – когда вы заботитесь о ребенке, вы – руководитель, и ребенок должен делать все то, что вы говорите.
- Хорошей идеей будет также сесть с ребенком (если он достаточно взрослый, чтобы все понять) и его родителями, дабы пройтись по всем правилам (включая все новые правила). Это поможет ребенку понять, какие из них применяются в вашем присутствии, и пусть он знает, что вы также хорошо осведомлены о всех правилах.



3 Будьте последовательны. Это, пожалуй, самая важная вещь, о которой не стоит забывать. Иногда проще просто позволить ребенку делать то, что он хочет. Вместе с тем, важно также соблюдать все правила и применять наказания в случае их нарушения.^[20]

- Это важно, поскольку если ребенок поймет, что вы не придерживаетесь четких правил, то он, скорее всего, будет плохо себя вести в вашем присутствии. Кроме того, также вероятно, что ребенок начнет ставить под сомнение авторитет родителей.



4 Вносите свои предложения родителям. Если вы поняли, что какие-то правила не работают, или если у вас есть предложения по новым правилам, которые могли бы помочь исправить поведение непослушного ребенка, скажите об этом родителям. При этом будьте вежливы. Не говорите им: «Вы поступаете так-то и так-то, это глупо. Это не работает, вы должны делать это и это». Вместо этого, если вы нашли правило, которое не работает, и вы хотите предложить новую идею, скажите: «Я работаю над тем, чтобы [вставьте имя ребенка] не нарушал это правило, но у него, кажется, возникают с этим проблемы. Что вы думаете о том, чтобы опробовать новый подход...?»^[21]

- У родителей не должно сложиться впечатление, будто вы пытаетесь их оскорбить. Вам просто нужно показать, что вы готовы помочь, и заинтересованы в улучшении их методов, но без подрыва их авторитета.



5 Держите родителей в курсе событий. Когда вы закончите со своей работой, кратко побеседуйте с родителями о том, как ребенок себя ведет, и требуются ли какие-то дисциплинарные меры.

- Это поможет родителям понять, что работает, а что нет, а вы, в свою очередь, сможете предложить им какие-то свои идеи.



6 Избегайте насилия. Так же, как нельзя бить своих детей для достижения дисциплины, так и ни в коем случае нельзя применять физическое насилие для воспитания ребенка, о котором вы заботитесь.^[22]

- Если родители предлагают использовать насилие как средство дисциплины, вежливо объясните им, в чем тут проблема. Тактично объясните, что вы не будете использовать этот тип наказания, и предложите альтернативу. Если они будут настаивать, то, возможно, вам следует рассмотреть вариант отказа от договора.
- Если вы переживаете о безопасности ребенка, обратитесь в органы. К сожалению, бить детей не запрещено, но все же в некоторых случаях родители могут быть привлечены к ответственности.^[23] Если вы обеспокоены поведением родителей, лучше обратиться к властям, чем стоять в стороне и допускать оскорбления ребенка.

Реклама

Советы

- Не будьте слишком строги к себе. Воспитание – это одна из самых сложных вещей. Иногда у вас может появляться ощущение, что вы, как воспитатель, потерпели неудачу, потому что ваш ребенок ведет себя плохо, но помните – дети плохо себя ведут для того, чтобы найти границы допустимого и понять, что произойдет после их проделок. Сделайте перерыв и помните, что вы должны пройти через это вместе.

Реклама

Предупреждения

- Если вы чувствуете, что вы вот-вот потеряете самообладание в ситуации, связанной с ребенком, уйдите и дайте себе возможность остыть. Вы можете потерять контроль над собой и сказать то, о чем потом пожалеете. Если вы беспокоитесь о чем-то, попросите своего надежного друга приехать на некоторое время и присмотреть за ребенком, пока не разберетесь с проблемой.

Реклама

Источники

1. <http://www.helpstartshere.org/kids-and-families/healthy-parenting/healthy-parenting-your-options-getting-a-grip-on-out-of-control-behaviors-a-parents-guide-to-maintaining-a-winning-influence-over-children.html#guideline> 1
2. <https://www.psychologytoday.com/blog/good-thinking/201409/is-what-happens-when-you-hit-your-kids>
3. <https://blog.urbansitter.com/how-to-respond-when-a-child-misbehaves/>
4. <http://kidshealth.org/en/parents/discipline.html#>
5. <http://www.grandparents.com/grandkids/discipline-and-behavior/how-to-handle-meltdowns>
6. <http://www.grandparents.com/grandkids/discipline-and-behavior/how-to-handle-meltdowns>
7. <http://www.grandparents.com/grandkids/discipline-and-behavior/how-to-handle-meltdowns>
8. <http://www.grandparents.com/grandkids/discipline-and-behavior/how-to-handle-meltdowns>
9. <http://www.grandparents.com/grandkids/discipline-and-behavior/how-to-handle-meltdowns>

10. <http://www.grandparents.com/grandkids/discipline-and-behavior/how-to-handle-meltdowns>
11. <http://www.gov.mb.ca/health/documents/temper.pdf>
12. <http://www.gov.mb.ca/health/documents/temper.pdf>
13. http://www.helpstartshere.org/kids-and-families/healthy-parenting/healthy-parenting-your-options-getting-a-grip-on-out-of-control-behaviors-a-parents-guide-to-maintaining-a-winning-influence-over-children.html#guideline_1
14. http://www.helpstartshere.org/kids-and-families/healthy-parenting/healthy-parenting-your-options-getting-a-grip-on-out-of-control-behaviors-a-parents-guide-to-maintaining-a-winning-influence-over-children.html#guideline_1
15. http://www.helpstartshere.org/kids-and-families/healthy-parenting/healthy-parenting-your-options-getting-a-grip-on-out-of-control-behaviors-a-parents-guide-to-maintaining-a-winning-influence-over-children.html#guideline_1
16. <http://www.grandparents.com/grandkids/discipline-and-behavior/how-to-handle-meltdowns>
17. http://www.helpstartshere.org/kids-and-families/healthy-parenting/healthy-parenting-your-options-getting-a-grip-on-out-of-control-behaviors-a-parents-guide-to-maintaining-a-winning-influence-over-children.html#guideline_1
18. <https://www.care.com/a/how-a-nanny-should-discipline-your-kids-1108171600>
19. <https://www.care.com/a/how-a-nanny-should-discipline-your-kids-1108171600>
20. <https://www.care.com/a/how-a-nanny-should-discipline-your-kids-1108171600>
21. <https://www.care.com/a/how-a-nanny-should-discipline-your-kids-1108171600>
22. <https://www.care.com/a/disciplining-other-peoples-kids-what-is-the-rule-20151214050510>
23. <http://time.com/3379862/child-abuse/>

Реклама