

*Найти себя и жить лучше*

# **Не воспитывайте детей, воспитывайте себя!**

**Родителям детей возраста от 7 до 11 лет**



*Найти себя и жить лучше*

*Найти себя и жить лучше*

# **Не воспитывайте детей, воспитывайте себя!**

*Родителям детей возраста от 7 до 11 лет*



## *Найти себя и жить лучше*

***Рекомендации сделаны на основе содержания книги Владимира Леви «Как воспитывать родителей или новый нестандартный ребенок».***

***Составители: Богданова Мария Сергеевна, Макарова Валентина Вячеславовна – студенты 2 курса школьного отделения, ГБПОУ Республики Марий Эл «ОМК им. И.К. Глушкова».***

## *Найти себя и жить лучше*

### *Введение*

*Владимир Львович Леви – советский и российский писатель, врач – психотерапевт, психолог и автор книги «Как воспитывать родителей или новый нестандартный ребёнок». Данная книга написана на реальных моментах из жизни родителей, которые обращались к психологу Владимиру Леви.*



*Данная книга помогает родителям быть не только настоящими и правильными родителями для своего ребёнка, но и учит быть друзьями для своего ребёнка. В книге описаны те проблемные ситуации, с которыми сталкивается почти каждый родитель, Владимир Леви помогает преодолеть трудности и советует, как следует поступать в определённый момент.*

*В брошюре мы выделили 5 ситуаций и разработали по ним новые способы решения проблем. Изучив данный материал, вы поймёте, что можно по-разному реагировать на различные ситуации.*

## *Найти себя и жить лучше*

### **1 «Как не поладили Пряник и Апельсин»**

**Ситуация:** между членами семьи наблюдаются постоянные ссоры. Маме не нравится позиция отца, отцу – позиция мамы, в следствии чего они оба выплёскивают своё недовольство на ребёнка.



**Новый способ:** взаимовыручка, взаимовыгода, компромисс между родителями и детьми.

**Цель способа:** создание таких условий, при которых родители и дети научатся уступать друг другу при решении конфликтных ситуаций.

**Описание способа:** разрешение некой конфликтной ситуации путем взаимных уступок, уступка ради достижения какой-либо цели.

#### **Подсказка для родителей:**

1. Идите на уступки первыми и предложите сделать ребёнку то же самое.

2. Добивайтесь (по возможности) справедливости в уступках.



## *Найти себя и жить лучше*

**3.** *Компромисс – это проигрыш как минимум одной стороны, поэтому ставить в «неловкое положение» нужно именно детей, чтобы не «садились на шею».*



**4.** *Очень важно, чтобы уступки были значимыми в глазах вашего ребёнка, потому что то, чем вы жертвуете, ему может показаться мелочью и наоборот. Т.е. идем только на значимые жертвы.*

**5.** *Отдавайте одну свою уступку взамен на одну уступку второй договаривающейся стороны*

**6.** *Модель выигрыш-выигрыш – это, как минимум, нахождение такого варианта, когда каждая сторона остается при своих интересах, в идеале – выигрывает.*

**7.** *Прежде чем начинать идти на уступки, выделите время для того, чтобы как следует продумать все варианты. Обычная ошибка в попытках договориться – это отсутствие подготовки*

## *Найти себя и жить лучше*

### **2 «Из письма близнеца №1»**

**Ситуация:** мать ограничивает ребёнка в своих действиях. Он не имеет своё мнение и свою позицию, всё за ребёнка решает мама.



**Новый способ:** свобода выбора.

**Цель способа:** формирование дружеских отношений, при которых мама и сын будут ценить и уважать мнение друг друга.

**Описание способа:** способность управлять какими-то видами материи (деньги, работа, бизнес, недвижимость.)

#### **Подсказки для родителей:**

1. Будьте на «одной волне» с ребёнком, так легче следить за его жизнью
2. Если ребёнок захочет раскрыть тайны, пусть говорит! Но не в коем случае не вытягивайте из него
3. Доверяйте ребёнку, и ребёнок будет доверять вам
4. Будьте искренними с ребёнком, чтобы он чувствовал себя «нужным»
5. В меру интересуйтесь жизнью ребёнка, чтобы он не думал, что живёт «под семью замками»

## *Найти себя и жить лучше*

### **3 «Как стать папой для мамы»**

**Ситуация:** мать слишком многого просит от сына, не смотря на его возраст. Сын помогает маме в хлопотах по дому, это безусловно приветствуется, но он ещё мал, для того, чтобы делать силовую работу, за отца.



**Новый способ:** всему свое время

**Цель способа:** дать понять матери, что ребенок мал для функции «муж на час»

**Описание способа:** все совершается в назначенный срок, не раньше и не позже, довериться ходу событий, судьбе

#### **Подсказка для родителей:**

1. Постараться занять ребенка приятным занятием для него, т.е. хобби
2. Водить в секции, кружки по рисованию, боксу и т.д.
3. Больше говорить таких слов, как: «Ты мой помощник, вот как окрепнешь будешь помогать» и т.п.

## *Найти себя и жить лучше*

### **4 «Все можно, сыночек!»**

**Ситуация:** многие родители думаю, что, если они будут говорить своему ребёнку «нельзя», он перестанет их любить.

**Новый способ:** научиться говорить: «Нельзя!»

**Цель способа:** довести до «автомата» говорить, «Нельзя», что бы ребенок интуитивно понимал

**Описание способа:** всегда легче говорить, «ДА», чем «НЕТ»! Нужно уметь отказывать!

#### **Подсказка для родителей:**

**1. Запрещайте, точно зная, для чего Вы это делаете.** Настаивайте на выполнении запрета, ведь маленький ребенок сможет понять Вас только так.

## *Найти себя и жить лучше*

### **2. Не окружайте малыша постоянными табу.**



Если их будет слишком много, даже взрослый человек не станет их выполнять, не говоря уже о ребенке. Чтобы такого не было, выберите пять предметов из недозволенных. Например, стол (нельзя залезать), телевизор и балкон (нельзя без мамы), мобильный телефон, плита. Все другие рискованные предметы лучше

просто уберите из поля зрения.

**3. Не повышайте голос, запрещая что-либо.** Старайтесь воспринимать все происходящее с терпением и юмором, несмотря на серьезность ситуации и свое плохое настроение



**4. Никогда не наказывайте ребёнка физически.** Не нужно шлепать его по рукам,

ногам, попе. Как только ребенок начинает ходить, он становится исследователем. Ручки помогают узнать, что стол гладкий, ножки - что трава мягкая и холодная, а попа - что пол твердый. Если шлепать малыша, можно отбить у него здоровое любопытство.



**5. Давайте объяснение каждому своему «нельзя»,** даже если ребенок совсем маленький. Поясните, что розетку

## *Найти себя и жить лучше*

*трогать нельзя, потому что там «живет ток, который очень больно кусается». Знакомьте малыша с запрещенными предметами: например, покажите, что иголка больно колется (легонько кольните кроху).*



**б. На каждое «нет» предлагайте «да».** Рисовать на обоях нельзя, но зато можно в альбоме, нельзя выходить на балкон одному, но можно вместе с мамой. Еще дети прекрасно усваивают понятия «твое – мое». «Нельзя брать очки, потому что они - бабушкины! "Нельзя брать удочки,

*потому что они – папины», «Это твое, и без твоего разрешения мы тоже брать не будем».*

### **5 «Много»**

**Ситуация:** в наше время электронная техника занимает большую часть нашей жизни. Все дети сидят целыми днями в компьютерах играю в играх или сидят в соц. сетях. Родителям зачастую не нравится то, что их ребёнок много времени проводит за компьютером, а вокруг столько интересного и познавательного происходит. Но многие боятся «кидать» запреты своему чаду.

**Новый способ:** используем компьютер с пользой!

## *Найти себя и жить лучше*

**Цель способа:** показать ребенку неэффективность времени, потраченного в пустую

**Описание способа:**  
патологическая связь между человеком и компьютером, масштабы которой растут с каждым днем



**Подсказка для родителей:**

- 1. Задать ребенку вопрос для чего ты играешь?**  
Так 45% мозга будет «поглощена» этим вопросом
- 2. Против насилия, стрелялок - на такие игры наложены табу.** Если ребенок сопротивляется или не понимает — покажите последствия фашизма и объясните, что к чему.
- 3. Время -** ежедневно 1 час игр и мультфильмов, на выбор. При этом важно обосновать, почему столько. Можно прочитать, что по этому вопросу уже написано — сколько времени и в каком возрасте можно сидеть перед компьютером, по мнению врачей — и выбрать оптимальный вариант. Этот час игр возможен только после выполнения домашних дел, уроков.

## *Найти себя и жить лучше*

4. **За нарушение - штраф:** планшет забирается на срок от 1 до 7 дней, в зависимости от формы нарушения. При этом важно помнить о благодарности ребенка, и за его активность и инициативу в других делах обязательно благодарить и поощрять. Например, сам помыл посуду, или сказал комплимент и т. п.

5. **В сфере здоровья.** Ежедневно гимнастика для ног, т. к. у него плоскостопие. Ежедневные совместные велопогулки по трассе с крутым подъемом — это еще помогает и силу воли укрепить.

### **Не бейте детей!**

*Не бейте детей, никогда не бейте!  
Поймите, вы бьёте в них сами себя,  
Неважно, любя их или не любя,  
Но делать такого вовек не смейте!*

*Вы только взгляните: пред вами – дети,  
Какое ж, простите, геройство тут?!  
Но сколько ж таких, кто жестоко бьют,  
Вложив чуть не душу в тот чёрный труд,  
Заведомо зная, что не ответят!*

## *Найти себя и жить лучше*

*Кричи на них, бей! А чего стесняться?!  
Ведь мы ж многократно сильнее детей!  
Но если по совести разобраться,  
То порка – бессилье больших людей!*

*И сколько ж порой на детей срывается  
Всех взрослых конфликтов, обид и гроз.  
Ну как же рука только поднимается  
На ужас в глазах и потоки слёз?!*

*И можно ль распущенно озлобляться,  
Калеча и душу, и детский взгляд,  
Чтоб после же искренно удивляться  
Вдруг вспышкам жестокости у ребят.*

*Мир жив добротою и уваженьем,  
А плётка рождает лишь страх и ложь.  
И то, что не можешь взять убежденьем –  
Хоть тресни – побоями не возьмёшь!*

*В ребячьей душе все хрустально-тонко,  
Разрушим – вовеки не соберём.  
И день, когда мы избили ребёнка,  
Пусть станет позорнейшим нашим днём!*

## *Найти себя и жить лучше*

*Когда-то подавлены вашей силою,  
Не знаю, как жить они после будут,  
Но только запомните, люди милые,  
Они той жестокости не забудут.*

*Семья – это крохотная страна.  
И радости наши произрастают,  
Когда в подготовленный грунт бросают  
Лишь самые добрые семена!*

*Эдуард Асадов*

*Найти себя и жить лучше*

**E-mail: [mashabogdanova14@yandex.ru](mailto:mashabogdanova14@yandex.ru)**