

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).



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

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,

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