

## БЕСКОНФЛИКТНОЕ ОБЩЕНИЕ С РЕБЁНКОМ

Предлагаю проанализировать своё общение с ребёнком в течение определённого времени (неделя, две недели, месяц...): сколько раз произносились фразы: «неправильно сделал, не так, плохо поступил, так нельзя и т.п.». А сколько раз произносили «Молодец! Рады за тебя! У тебя получилось! Тебе помочь? И т.п.».

Как не доводить до наказаний?

Кто из нас в детстве не страдал от физических наказаний? Я думаю, что таких найдется не так много.

Теперь вопрос к родителям. А разве мы, взрослые, совершенны? Разве мы в своей взрослой жизни совсем не допускаем ошибок? Разве мы всегда правдивы, ничего не бьём, не ломаем и не проливаем, делаем всё вовремя и никогда не откладываем на завтра то, что можно сделать сегодня? Разве никогда не хитрим и не выкручиваемся, и вообще, всё всегда делаем строго по предписанным правилам? Почему же от своих детей мы требуем невозможного — быть идеальным ребёнком?! Я согласна, что говоря о воспитании, нельзя обойтись без наказаний, но каким оно должно быть? Можно ли найти пути к бесконфликтной дисциплине ребёнка? Думаю, что о такой дисциплине мечтает каждый родитель. Вот несколько правил, которые помогут наладить и поддержать в семье бесконфликтную дисциплину.

### *Правило первое.*

В жизни каждого ребёнка обязательно должны быть правила (ограничения, требования, запреты). Это правило особенно необходимо внедрить в репертуар общения с ребёнком тем родителям, которые стремятся в период раннего детства (от одного до трёх лет) как можно меньше огорчать детей, избегая с ними конфликтов. И потому в их лексиконе не существует настоящего «нет» для ребёнка.

Всё чаще я слышу от молодых родителей фразу: «Мы своего... воспитываем по японской системе, а она предписывает — ни в чём не ограничивать ребёнка до трёх лет. Вот как исполнится три года, тогда и начнём требовать». Хотела бы я видеть хоть одного такого ребёнка, которому до трёх лет было бы позволено делать всё, что хочешь, а с момента исполнения роковой цифры — три, — чтоб он безропотно стал выполнять «на полную катушку» все предъявляемые к нему требования. И главное, на том лишь основании, что вчера он стал большим. И, если уж мы затронули японскую систему воспитания, то стоит заметить, что она направлена не на то, чтобы ребёнок до трёх лет ни в чём не знал ограничений, а на то, чтобы он не плакал от огорчений. Улавливаете разницу между тем, чтобы «всё позволять» и тем, чтобы «не допускать, чтобы плакал»?

Почему-то многие наши молодые родители положение «не допускать, чтобы ребёнок плакал» интерпретировали, как «снять все ограничения». А из последнего вытекает вседозволенность, которая ни к чему хорошему не приводит. При этом одни родители ссылаются на врача-невропатолога, мол, доктор сказал не нервировать. Другие — на то, что любые ограничения снижают творческий потенциал ребёнка и препятствуют свободному развитию... А японские родители,

между прочим, не от требований освобождают своих детей, а изыскивают различные способы, чтобы ребёнок принял предъявляемые ему правила (ограничения, требования, запреты) **спокойно и без слёз**. Я думаю, что каждый из вас может теперь по достоинству оценить сложность этой проблемы: чтоб и «нет» понимал, и не плакал, не рыдал... Во всяком случае голову над этим поломать надо изрядно. Но зато именно поэтому ребёнок к трём годам настолько прочно усваивает все предъявляемые к нему требования, что это позволяет родителям безболезненно перейти на отношение к нему, как ко взрослому (тоже, конечно, с поправками). Кроме того, это позволяет установить нерушимую эмоциональную связь между детьми и родителями. А уж какое почтение и уважение оказывают в Японии дети родителям и старшим — все знают!

### ***Правило второе***

Правил (ограничений, требований и запретов) не должно быть слишком много и они должны быть гибкими. Это правило предостерегает от другой крайности воспитания — в духе «держания в ежовых рукавицах» (авторитарного стиля общения). Если ребёнка постоянно дергать: «этого нельзя, и этого тоже...», то вскоре он превратится в запуганное существо с парализованной волей. А если ему будет позволено абсолютно всё, то он превратится в маленького сатану. Поэтому в процессе воспитания дисциплины выбирайте золотую середину между готовностью понимать — и быть твёрдым, гибкостью — и непреклонностью.

Пока ребёнок ещё мал определите для него основные «нельзя»: нельзя бить, кусать или щипать маму и других взрослых и детей; нельзя вырываться на улице и бежать за мячом, подходить к плите, влезать на окно, играть с огнем, ломать вещи... Список этот взрослеет вместе с ребёнком и подводит его к серьёзным моральным нормам и социальным запретам. Ваши основные требования должны быть неизменны. Это значит, что ни при каких условиях вы не должны их нарушать (именно поэтому их не должно быть много). Например, недопустима такая ситуация. Ребёнок знает — нельзя высовываться из окна. И вдруг, провожая гостей, вы ставите его на подоконник и просите помахать ручкой. В каждом случае, когда вы объясняете ребёнку, почему нельзя то или другое, объясняйте это спокойно и коротко. Не стоит отвечать: «Потому, что я так сказала», «Я так велю», «Нельзя и всё!», «Так надо». Нужно пояснить: «Уже поздно», «Это опасно», «Может разбиться...» Объяснение должно говориться один раз. Если ребёнок снова спрашивает: «Почему?», то это не потому, что он вас не понял, а потому, что ему трудно побороть своё желание. В таких случаях лучше показать ребёнку, что вы понимаете его чувства: «Я вижу, что игра очень интересная и тебе трудно оторваться, но тогда ещё пять минут и иди готовиться ко сну» или «...если тебе ещё далеко до окончания, то сделай ещё несколько ходов и объявляй тайм-аут до завтрашнего вечера».

Несколько слов касательно гибкости. Время от времени пересматривайте свои ограничения. Возможно ребёнок их уже перерос? И, наконец, бывают особые обстоятельства. Например, ребёнок знает, что он должен спать в своей кроватке, но если ему приснился страшный сон и он напуган, вы можете взять его в свою кровать, пока он не успокоится.

### ***Правило третье***

Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка. Нередко родителям досаждают «чрезмерная» активность детей: почему им надо непременно бегать, прыгать, шуметь, лазать по деревьям, ходить по лужам, влезать в самую грязь, бросать камни, рисовать на стенах и т.д. Но ведь это и многое другое — проявление естественной и очень важной для развития детей потребности в движении, познании и упражнении. Запрещать подобные действия — всё равно что пытаться перегородить полноводную реку.

Исследовать лужи можно, но только в высоких сапогах. Играть в мяч можно, но не в помещении, а подальше от окон и проезжей части дороги. Бросать камни в цель можно, если позаботиться, чтобы никто при этом не пострадал. Даже рисовать на стенах фломастерами или красками можно, если они кафельные (ведь смывается элементарно, а шедевры можно запечатлеть на фотопленку!). А некоторые родители выделяют ребёнку отдельный уголок на стене, где они время от времени припиливают новый лист бумаги (или кусок простеньких обоев). Некоторые родители могут задать законный вопрос: «Но почему именно на стенах, разве нельзя рисовать за столом?» — Можно. Стадия рисования на стенах в общем-то быстро проходит, но удовлетворить её ребёнок должен (коль уж возникло именно это желание), иначе потом будет писать на стенах домов или в подъезде. Это удовлетворение инстинкта пещерного жителя.

Итак, не торопитесь сказать ребёнку: «Нельзя!» Лучше организуйте для него подходящую обстановку и разрешите действовать свободно.

### ***Правило четвертое***

Правила (ограничения, требования и запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой. Знакомо ли вам, когда мама говорит одно, папа другое, а бабушка третье? В такой ситуации ребёнку невозможно освоить правила, привыкнуть к дисциплине. Он лишь привыкает добиваться своего, “раскалывая” ряды взрослых. Кстати, отношения между взрослыми членами семьи от этого лучше не становятся...

Не менее важна последовательность в соблюдении правил. Если ваш ребёнок обычно ложится спать в девять часов вечера, а потом по той или иной причине вы ему два дня подряд разрешали ложиться в десять, то и на третий день вам трудно будет уложить его вовремя. Он резонно возразит, что вчера и позавчера вы ему разрешали. Стоит помнить, что дети постоянно испытывают наши требования на прочность и принимают только то, что не поддается расшатыванию. В противном же случае приучаются настаивать, ныть, вымогать.

### ***Правило пятое***

Тон, которым сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным. Вы относитесь к категории людей, которые с удовольствием выполняют чьи-либо приказы? Сомневаюсь, что кто-то ответит «Да!» В таком случае, наверное, не стоит удивляться тому, что и дети не любят выполнять то, что произносится властным или сердитым, угрожающим тоном. Я хочу вас заверить, что при соблюдении этих правил число непослушаний вашего шалуна сократится во

много раз. И тем не менее, от недоразумений никто не застрахован, и может настать момент, когда вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение.

Мы уже говорили о том, что вопрос о физических наказаниях обычно вызывает бурные споры. Лично я определенно против них даже тогда, когда ребёнок в порыве гнева сбрасывает телевизор с тумбы, поджигает шкаф, вырезает цветочки из штор и т.п. Дело в том, что всегда подобные действия ребёнка спровоцированы самими родителями. Иначе говоря, именно взрослые доводят его до такой кондиции, когда он совершает такие неадаптивные действия. И тот факт, что они его потом еще и нещадно «дубасят», говорит лишь о том, что родителям легче действовать кулаками, чем словами.

А между тем физические наказания оскорбляют и озлобляют, запугивают и унижают детей. Позитивного результата от них меньше, чем негативного. А значит, и воспитательный эффект под большим вопросом. Тем более, что ни телевизору, ни шкафу, ни шторам это уже не поможет. И, кроме того, ребёнок обычно и сам очень напуган тем, что натворил. По сути, он наказан уже самой ситуацией, и вместо того, чтобы бить, его надо сначала успокоить, а затем обсудить случившееся. Ведь наш родительский долг не в том, чтобы драть наших детей, как «сидорову козу», а в том, чтобы понять, что могло довести их до подобной реакции.