

тренинг для родителей детей раннего
возраста

**Когда ребенок сводит взрослого с
ума!**



Когда ребенок сводит взрослого с ума!

Цели: повышение родительской компетентности в понимании природы внутренних переживаний и потребностей ребенка раннего возраста; исследование родителями собственной способности смотреть на мир глазами ребенка; обобщение навыков рефлексии собственной воспитательной позиции в ситуациях затруднительного общения с ребенком, когда он «сводит взрослого с ума».

Тема первой встречи:

«Составим портрет ребенка, который способен сводить взрослого с ума»

Перед началом встречи проводится анкетный опрос «Что вас тревожит в собственном ребенке?»

Далее организуется дискуссия с опорой на следующие вопросы к родителям: Что мы знаем о своем ребенке, о чем он думает, что чувствует, чего хочет и чего не хочет в жизни? Почему он так поступает? Каким образом ребенок сводит нас, взрослых, с ума и как мы, взрослые, это делаем? Написать на доске крупно характеристики ребенка, сводящего взрослого с ума (назовут сами родители).

Портрет ребенка, который способен «сводить взрослого с ума»:

Капризный; нытик; часто болеющий; упрямый; закатывает истерики; игнорирует взрослого; тиран; конфликтует; противоречит взрослому; с бушующей энергией; требовательный к окружающим; медлительный.

Дать каждой из названных характеристик краткое определение, как это обсуждается в научной и популярной литературе по семейному воспитанию. Например, «детское упрямство», «истерика» часто понимаются как особый вид усталости, некоторые авторы называют их искаженным стремлением ребенка к свободе. Или: медлительность есть защитная реакция на высокие требования родителя, социально приемлемый способ отказа ребенка от чего-то нежелательного, «пассивная власть» его над взрослым и т. д.

Тема второй встречи:

«Почему дети такие неуправляемые: хотят, чего не следует, просят, чего нельзя...»

Ход практикума. Ведущий. Только в младенческом возрасте каждый ребенок — есть «повелитель джиннов и волшебников», т. е. нас, родителей, которые могут сделать для него все. Могут, как маги, удовлетворить его любое желание, благо, что эти желания еще не так обширны, как у ребенка к трем годам. Детское «хочу» все больше начинает вызывать напряжение, беспокойство, растерянность, раздражение, сопротивление родителей. Как известно, это порождает капризы и так называемую «неуправляемость» ребенка.

На прошлой встрече вами был составлен портрет ребенка, который способен сводить взрослого с ума (представить на доске текст с названными родителями характеристиками

Ребенка).

Вопрос: «Какие, на ваш взгляд, чувства выражает ребенок таким выбором способов своего поведения?» (неудовлетворения, обиды, разочарования, раздражения, злости — т. е. «запретные» чувства).

Резюмируя высказывания родителей, нужно подчеркнуть, что согласно мнениям специалистов, ребенок, который своим поведением сводит взрослого с ума, это ребенок с потерянной, неузнанной или уже подавленной потребностью, не владеющий способами адекватного обращения со своими желаниями. Чем мы можем и должны помочь такому ребенку и самим себе?

Игровое задание: Отправляемся за покупкой в "Магазин детских характеров". Каждый родитель выбирает себе игрушку-куклу с каким-либо детским характером (на куклах готовые надписи типа: «Я — нытик», «Я — капризный», «Я — тиран», «Я люблю закатывать истерики», «Я — медлительный», «Я — конфликтный», «Я — упрямый», «Я люблю требовать» и т.д.).

Упражнение с игрушкой. Мой разговор с ребенком, который сводит меня с ума своим поведением. По выбору самих родителей надо либо что-то сказать ребенку-игрушке, либо что-то спросить у него, либо что-то ответить за него.

После упражнения надо задать вопрос: «Какой опыт мог получить ребенок, если бы этот разговор с ним состоялся в реальности?»

Резюмируя итоги упражнения, родителям предлагается поразмышлять о том, что нередко ребенок усваивает: «Когда я такой, меня не одобряют, не любят, мое поведение не принимается, критикуется и осуждается. Наверно, со мной что-то не так, что-то неправильно». Попробуем потренировать себя в навыке избегать давать ребенку при общении с ним подобный неконструктивный опыт.

Игровое упражнение: «Я вижу, что сейчас с тобой происходит»

Цель: предоставить родителям возможность осуществить поиск и выявление подлинного желания ребенка, спрятанного за бурный каприз; показать родителям иной опыт восприятия и обращения с бурлящими чувствами ребенка, тренировка навыка взрослых приспосабливаться к чувствам ребенка, постигая язык детских переживаний. Задание родителям состоит в том, чтобы попытаться расшифровать смысл поведения «ребенка с характером», выбрав соответствующую его поведению детскую фразу о возможной потребности ребенка — «что же он хочет?». Родители находят из разложенных на полу фраз самую подходящую, на их взгляд, и обосновывают свой выбор.

Набор детских фраз для игрового упражнения:

- «Уважай мою точку зрения, хоть раз отнесись серьезно к Моему мнению»;
- «Не запрещай мне быть иногда слабым и беспомощным, я буду отстаивать это право»;

- «Со мной считаются только тогда, когда я не управляю! собой»;
- «Не приближайтесь ко мне, я сейчас опасен!»;
- «Я докажу вам, что смогу себя защитить от того, что мне! не нравится»;
- «Я не знаю, что мне делать со своей злостью и раздражением»;
- «Мама, позаботься обо мне, пожалей меня, полечи меня...»;
- «Я заставлю вас признать мою силу»;
- «Признай мое право чувствовать себя иногда одинокой, покинутой, когда все заняты и всем не до меня»;
- «Мне обидно и очень трудно сдержать свою обиду, я не знаю, как с ней справиться»;
- «Обрати на меня внимание, заметь, как мне грустно»;
- «Не торопи меня, дай жить в своем темпе»;
- «Ты очень многого от меня хочешь, убавь свои требования ко мне»;
- «Я очень устал(а) и хочу, чтобы ты это заметила и чем-то помогла мне»

Завершая упражнение, следует подчеркнуть, что к трем годам у ребенка накапливается немалый опыт, когда ему чего-то хочется и он пытается говорить об этом своим близким, но ничего кроме «нет, не положено» не получает. В таких случаях действительность предстает для него достаточно безнадежной. Правда, иногда это бывает вызвано реальными обстоятельствами, когда ребенок «хочет луну с неба» однако чаще — это результат того, что по тем или иным причинам взрослый не желает вникать в состояние ребенка и говорит «нет, нельзя». У дошкольника на отказ взрослого может возникнуть страх, что он остается наедине со своим неслышанным переживанием, он начинает чувствовать себя еще ужаснее, считая, что родители видят его плохим. Близкому взрослому важно успокоить ребенка, что он не плохой, а просто еще маленький. При этом кто-то из детей больше нуждается во внутреннем чувстве порядка, а кто-то во внешнем упорядочении жизни.

Резюме: Ребенку необходим определенный положительный опыт признания и возможности удовлетворения его желаний, его «хочу», чтобы ситуации взаимодействия с окружающими не провоцировали его на поведение «сводящее взрослого с ума».

Тема третьей встречи:

«Полезные и бесполезные правила жизни моего ребенка в семье.»

Родители участвуют в *рисуночных упражнениях*: «Изобразите в виде метафоры свой выбор родительского поведения в ситуациях, когда ребенок готов "сводить вас с ума"». На что похож ваш выбор? На что он может указывать? Нужно рассмотреть и обсудить выполненные родителями рисунки. Рисуночное упражнение: «Что я разрешаю ребенку? Что запрещаю ребенку? Что разрешаю, но ставлю условия? Что запрещаю, но иногда уступаю?» — родители делят по-своему усмотрению на четыре части лист бумаги с изображением круга (мяч, воздушный шарик, елочное украшение).

Присутствующие обсуждают пункты памятки «**О правилах жизни ребенка в семье**».

- Правила (ограничения, запреты, требования) — неотъемлемая часть жизни каждого ребенка в семье.
- Хорошо, если правил (ограничений, запретов, требований) не слишком много, если они гибкие и не вступают в явное противоречие с потребностями ребенка.
- Все ограничения, запреты, требования усваиваются малышом при условии их согласованного предъявления взрослыми членами семьи.
- Важно придерживаться в предъявлении ограничений, запретов, требований дружественного, разъяснительного тона, а не повелительного.
- Обращаясь к ограничениям, запретам, требованиям, важно пользоваться системой взаимных уступок — принципиальность уместна менее всего.

Задание: «Выберите из предложенного списка правил в семье одно, обоснуйте свой выбор» (дается на карточках)

1. а) Проявление нежности к ребенку делает его слабым, уязвимым, беззащитным перед трудностями,
б) Родители — хозяйева ребенка,
в) В семье признается право каждого на ошибку.
2. а) Любовь связана с чувством долга,
б) В семье признается право открыто говорить о своих желаниях,
в) Ребенок отвечает за настроение родителей.
3. а) Требования родителей к ребенку и ожидания всегда реалистичны,
б) Спонтанность ребенка представляет угрозу для авторитета родителей,
в) Любой член семьи может отвечать отказом на просьбу и не чувствовать себя при этом виноватым.
4. а) Родители определяют, что правильно, а что нет.
б) Свободное выражение своих чувств приветствуется и поощряется в семье,
в) Родители заслуживают уважения, потому что они родители.

Родители участвуют в **упражнении**, тренирующем внимание взрослого к телесным проявлениям ребенка и умению «считывать» и понимать их.

Например, родители получают текст «**Сделайте предположение об эмоциональном состоянии ребенка по описанию его позы и жестов**»:

- Ребенок стоит, заведя руки за спину, и сильно сжимает одной рукой другую (если сидит, то скрещивает ноги).
- Ребенок переплетает пальцы рук: большие пальцы нервно двигаются и пощипывают ладони; ребенок грызет конец карандаша, трогает спинку стула и раскачивает ее, но не садится; топчется, перебирает ногами.
- Ребенок сидит, придерживая свешивающуюся голову, глаза полузакрыты, внешне заторможен.

Тема четвертой встречи:

«о феномене детской истерики»

Гипотеза: большинство современных родителей не могут выносить истерик ребенка.

Так ли это? Поучаствуем в экспериментах.

Родителям раздаются листы бумаги. Лист делится пополам. В одной части указываются качества, которыми должен обладать идеальный родитель, в другой — качества реального родителя. Полученные данные обсуждаются.

Вопрос к родителям: «Вспомните, когда вы в последний раз позволяли себе бурную вспышку эмоций?» Попросите рассказать об этом.

Предложите дискуссию: «Истерика взрослого — это, как правило, способ манипулирования и эмоционального шантажа, а истерики ребенка — это...» Ваше мнение об этом.

Придумайте метафору взаимодействия взрослого с ребенком в состоянии истерики.

Обсудите тезис: «Детские истерики — как воспитательное средство для родителей, развивающее у них выдержку, терпение и мудрость».

Нарисуйте «кривую» истерики: 1) концентрация эмоциональной энергии; 2) эмоциональный выброс; 3) спад эмоциональной энергии. Как при этом лучше вести себя взрослому?

Тема пятой встречи:

«её высочество авторитарность»

Предварительно проводится анкетный опрос родителей на тему: «Какого стиля воспитания ребенка в семье вы придерживаетесь?», анализируются его результаты.

Предложите игровые проективные упражнения по исследованию матерями и отцами «авторитарной части» своей родительской позиции:

- упражнение «Закончите предложение»: «Если я потеряла способность наказывать ребенка, то...»
- В чем для вас видится позитивный и негативный смысл родительской авторитарности?

Любящему родителю на заметку

«Когда вы выбираете наказание, успеете взвесить его вред и пользу для ребенка»

1. Наказание не должно вредить здоровью — ни физическому, ни психическому. Более того, наказание должно быть полезным. Наказать — это, скорее, лишить ребенка хорошего, чем делать ему плохое.

2. Если есть сомнение, наказывать или нет, не наказывайте, даже если уже поняли про себя, что обычно слишком мягки, доверчивы и нерешительны. Никакой «профилактики», ни каких наказаний «на всякий случай»!

3. За один раз — одно. Даже если проступков совершено сразу необозримое множество, наказание — только одно, за все сразу, а не поодиночке

за каждый проступок. «Салат» из наказаний — блюдо не для детской души.

4. Срок давности: лучше не наказывать, чей наказывать запоздало, например, за проступки, обнаруженные спустя неделю, месяц, а то и год, — это чревато риском задержки душевного развития.

5. Наказан — прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута, как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова. Не мешайте начинать жизнь сначала!

6. Без унижения. Что бы ни было, какой бы ни была вина ребенка, наказание не должно восприниматься ребенком как торжество нашей силы над его слабостью, как унижение его чувства собственного достоинства. Если ребенок считает, что с ним обошлись несправедливо, наказание воздействует на него только со знаком «минус», оно больно ранит его чувство самооценности!

7. Ребенок не должен бояться наказания. Не наказания он должен бояться, не гнева, а нашего огорчения...

8. Роли «карающего» и «милующего» не должны жестко закрепляться за членами семьи, так как это может приводить к тому, что «милующий» начинает самоутверждаться за счет «карающего», что вносит смятение в восприятие ребенком семейной иерархии.

9. Наказание — не за счет лишения любви. Что бы ни случилось, не лишайте ребенка необходимой заботы и похвалы. Наказание должно посеять не сомнение в родительской любви, а, наоборот, усилить переживания ребенка, его любовь к родителям и ощущение того, как сильно его любят. Напротив, при дефиците любви наказанием становится сама жизнь, и тогда наказание ищется как последний шанс на любовь.