



**ПРИЁМЫ,
КОТОРЫЕ ПОМОГУТ
ДОГОВОРИТЬСЯ
С РЕБЁНКОМ
БЕЗ СЛЁЗ И ИСТЕРИК**

С детьми не всегда просто прийти к общему решению. В отличие от взрослых они живут моментом и не понимают, почему нельзя делать то, что хочется, и зачем нужны планы. Как научиться договариваться с ребёнком деликатно, без нервов и истерик? В статье поделимся рекомендациями от наших педагогов и психологов.

ВЫБИРАЙТЕ УДАЧНЫЙ МОМЕНТ

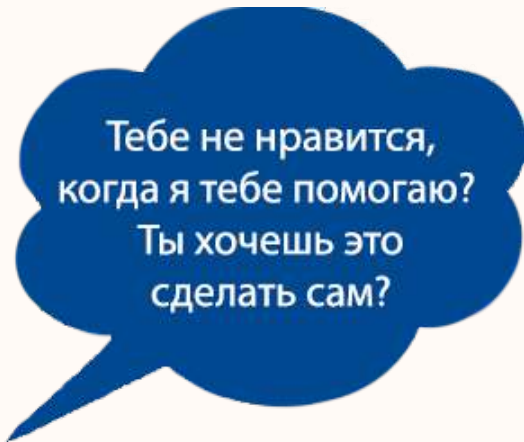
Если вам предстоит трудная ситуация, в которой вы ожидаете сопротивления от ребёнка, постарайтесь найти удачный момент для разговора. Важно, чтобы малыш был сыт, выспался и был с вами в контакте. И тогда можно говорить на трудные темы. Если же он устал, голоден, соскучился по вам, хочет пить или в туалет, скорее всего, конструктивного разговора не получится.

ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ

Почему дети особенно сопротивляются в определённом возрасте? Есть такие периоды, когда желание говорить «нет» у ребёнка настолько сильное, что, даже если он хочет сказать «да», у него это не выходит.

Обычно такая большая потребность настоять на своём проявляется у детей 2–3 лет. Так они пытаются убедиться, что их мнение учитывается взрослыми и они могут влиять на ход событий, принимать решения. Если мы знаем об этом, нам будет проще с пониманием отнестись к ситуациям, когда они сопротивляются, и видеть за таким поведением не злую волю, а потребности развития. Так проще договориться с ребёнком.

ПРИСМАТРИВАЙТЕСЬ К ПОТРЕБНОСТЯМ



Тебе не нравится,
когда я тебе помогаю?
Ты хочешь это
сделать сам?

Если ребёнок постоянно говорит «нет» в одних и тех же ситуациях, возможно, для него есть что-то важное, о чём мы не знаем и чего не видим.

Например, малыш сопротивляется, когда его одевают – раз за разом, при любых обстоятельствах, вне зависимости от самочувствия. Возможно, у него сейчас сильна потребность в самостоятельности и независимости от взрослого, а мы не успели перестроиться.

Возможно, он уже научился что-то делать сам (или хотел бы научиться), поэтому сопротивляется, когда мы ему запрещаем. Если вне трудной ситуации мы сможем приглядеться к его потребностям и обеспечить их удовлетворение, малышу будет проще:

– Тебе не нравится, когда я тебе помогаю? Ты хочешь это сделать сам?

ДАВАЙТЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫБОРА

Ты хочешь надеть
сначала шапку
или носки?

Если мы предлагаем ребёнку выбрать решение (в границах разумного), которое ему подойдёт больше, то, скорее всего, конфликта не будет. Дети любят, когда их мнение учитывается. Если вы знаете, что есть какая-то трудная для них ситуация, можно подумать, какой выбор предоставить.

Например, в ситуации с уборкой можно спросить:

– Ты сам уберёшь или тебе помочь?

Тогда ребёнок будет чувствовать, что его не принуждают, а советуются.

В ситуации, когда нужно одеться на улицу, спрашиваем:

– Нам нужно одеться на прогулку. Какую шапку мы наденем? Ты хочешь надеть сначала шапку или носки?

Двухлеткам мы обычно предлагаем выбор из двух вариантов:

– Ты наденешь красные или синие шорты?

(но не «А что ты хочешь надеть?»)»

– Ты будешь на завтрак кашу или омлет?

(но не «Что тебе приготовить?»)

– Выбирай: мы пойдём в парк или на детскую площадку?

(вместо «Куда ты хочешь пойти?»)

ДАВАЙТЕ ВРЕМЯ

Хорошо. Скажи,
когда ты будешь готов
идти на прогулку

Иногда «нет», которое говорит ребёнок в ответ на вашу просьбу, означает «мне надо подумать». Если мы принимаем это «нет», не сопротивляемся, не убеждаем в обратном, ему бывает проще сказать нам «да».

Чтобы договориться с ребёнком, вместо спора можно сказать: «Хорошо, ты не хочешь, я поняла». Это не значит, что мама согласилась. Это значит, что она приняла мнение ребёнка в расчёт и дала ему время подумать. Часто по прошествии какого-то времени, вернувшись к разговору, мама услышит уже не «нет», а «да».

– Мы идём гулять?

– Нет, я не хочу!

– Хорошо, скажи, когда будешь готов идти со мной на прогулку.

НАХОДИТЕ КОМПРОМИСС

Может, ты хочешь
поиграть ещё 10 минут
и потом мы будем
убираться?

Этот метод больше подходит старшим детям. Когда у них появляется возможность учитывать чувства и потребности других, с ними можно пытаться договориться. Рассказать о своих потребностях, желаниях и чувствах, выслушать другую сторону и попробовать найти вариант, который подойдёт обоим.

Если решение принимается совместно, гораздо проще ему следовать. Вы удивитесь, насколько реже ребёнок станет говорить «нет», если начать искать компромиссы.

– Я поняла, что тебе не хочется сейчас убирать игрушки. Но нам пора спать, поэтому я хочу, чтобы мы всё-таки прибрались. Может, ты хочешь поиграть ещё десять минут, а потом будем убираться?

УСТАНАВЛИВАЙТЕ С РЕБЁНКОМ КОНТАКТ

Давай вместе поиграем
или почитаем книжку,
а потом пойдём
обедать?

Достаточно часто мы, как родители, обращаемся к детям дежурно: «иди обедать», «пора идти», «одевайся». Это можно понять: ведь не всегда есть время и возможность подумать о том, как преподнести нашу просьбу, чтобы они согласились.

Но бывает и так, что, чтобы выполнить нашу просьбу, ребёнку необходимо почувствовать связь между ним и родителем. Для этого достаточно подойти к малышу, опуститься на его уровень, дотронуться до него и только потом попросить.

Если позволяет время и ситуация, можно присесть рядом, на несколько минут увлечься тем, чем занят малыш, поинтересоваться его игрой, и только потом просить о чём-либо.

– Я так рада, что ты у меня есть, я люблю играть с тобой, люблю с тобой разговаривать. Давай вместе поиграем или почитаем книжку, а потом пойдём обедать?

ИЩИТЕ СОВМЕСТНОЕ РЕШЕНИЕ

Как же нам
это сделать?

Взрослым людям не нравится, когда их постоянно контролируют и говорят, что делать. Так же и детям. Поэтому иногда следует поискать совместное решение, если мама хочет научиться договариваться с ребёнком. Задавая вопрос, убеждайтесь, что вас слышат, выслушивайте ответ и обсуждайте его предложение.

Например, малыш хочет залезть на высокую горку. Задача – вывести его на диалог и объяснить свою позицию:

– Я понимаю, что ты хочешь залезть на эту высокую горку. Но для меня важно, чтобы ты был в безопасности. Как же нам это сделать?

Малыш не хочет одеваться. Можно спросить:

– Мне нужно выходить на работу, а тебе – в сад. Что нужно сейчас, чтобы ты оделся?

Ребёнок вечером не засыпает. Тогда спросим:

– Важно, чтобы ты утром был полна сил. Для этого тебе нужно пойти спать. Что нам сделать, чтобы ты лег в кровать?

ДАВАЙТЕ ПРАВО ОТКАЗАТЬ

Ты не хочешь
сейчас кушать?
Хорошо, тогда мы
покушаем попозже

Если мы ожидаем стопроцентного послушания, то, скорее всего, конфликтов в наших отношениях случится достаточно много. Просто потому, что конфликт интересов – это неотъемлемая часть жизни.

Если у ребёнка есть право ответить «нет», и этот отказ мы принимаем спокойно и с пониманием, то, скорее всего, этим правом малыш будет пользоваться не так часто. Если же мы наказываем, ругаем, обижаемся, тогда желание настоять на своём у него будет только возрастать.

– Ты не хочешь сейчас кушать? Хорошо, мы можем покушать попозже.

По материалам статей наших авторов – Монтессори-педагогов Анны Федосовой, Людмилы Камышанской, Ольги Лопатиной

Фото Ольги Горовой