

СПІЛКУЄМОСЯ З ДІТЬМИ

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ ДЛЯ БАТЬКІВ

Л. Д. Романенко, Гірська багатoproфiльна гiмназiя, Луганська обл.

Мета: допомогти батькам зрозуміти своїх дітей, навчити прийомів створення дисципліни у вихованні дітей, дати батькам можливість поділитися досвідом сімейного виховання.

Матеріали: картки із завданнями, батьківський катехізіс.

ПЕРЕБІГ ЗАНЯТТЯ

Бажано, щоб батьки утворили 3–4 групи, залежно від кількості учасників, краще розмістити учасників по колу.

1 Вступ

Психолог. Російський письменник Б. Шергін писав у своєму щоденнику: «Не біда, що всі ми слабкі тілом, хворі. Біда, що ослабили духом. Не тільки немічні, але й здорові тілом обурюються на всякий неспокій в особистому житті. Навіть бабусі й дідусі вкрай обтяжуються онуками.

Вичерпалося почуття любові, жалю навіть до внучат, не кажучи вже про почуття до нерідних дітей. Усі ми втомилися, усім нам ніколи, усім треба працювати, всі ми хочемо спокою. І далекі й не зрозумілі нам слова, що діти "ярмо благе і тягар легкий»,»

Багато хто з нас у словах письменника впізнає себе. Батьки повинні любити своїх дітей як дітей, а не як ідолів, тобто любити такими, якими вони є (це зовсім не означає потурання!), а не такими, якими вони хотіли б їх бачити. У реальному житті, метушливі і втомлені від турбот, ми постійно тиснемо на своїх дітей, поспішаємо виховувати, осуджуючи за будь-яку провину, а пізніше, з жалем до себе (всі зусилля задарма!), щодня спостерігаємо сумні результати своїх педагогічних прийомів. У батьків, завжди переконаних у своїй правоті, зазвичай не складаються глибинні, внутрішні взаємини з дітьми, замість них звична владно-наказова інтонація з одного боку, і захисна — з іншого. Мудрий письменник М. Пришвін говорив, що «кожна дитина — це правда любові, і що не тільки дорослі виховують дітей, але й діти вчать дорослих не занурюватися до кінця в справи, щоб залишатися вільними, наприклад, для того щоб побачити небо над головою, подумати про вічні цінності буття». А зараз пропонуємо спільно розглянути прийоми так званої позитивної дисципліни і відповісти на деякі важливі для батьків питання.

2 Психологічний практикум «неслух»

«Що робити, якщо дитина не слухається?»

Батьки одержують картки із ситуаціями.

1. Дитині п'ять днів тому потрібно було повернути книгу в бібліотеку. А вона цього не зробила. Ваші дії.
 2. Дитина постійно забуває почистити клітку свого папуги. Ваші дії.
 3. Дитина грубіянить бабусі, вимагає повного підпорядкування. Ваші дії.
 4. Дитина повернулася з прогулянки в брудних черевиках, зайшла на кухню і набруднила на підлозі. Ваші дії.
- Кожна група батьків пропонує свої варіанти. Варіанти порівнюють, обговорюють.

► Поради психолога

Бажано навчитися частіше думати і говорити коротко. Це називається **«правилом одного слова»**.

«Правило одного слова» ефективне, оскільки стосується ситуації, а не дитини. Один підліток сказав: «Коли моя мама переходить до другого речення, я забуваю те, що вона говорила в першому».

Скажіть: «П'ять днів тому потрібно було повернути бібліотечну книжку», ніж говорити: «Віднеси цю книгу в бібліотеку сьогодні ж після школи. Хіба ти не знаєш, що вже п'ять днів, як сплив термін, коли її потрібно повернути».

Скажіть: «Клітку треба почистити», ніж говорити: «Ти постійно забуваєш почистити клітку свого папуги. Ти погано дбаєш про інших. Почисти її негайно або не підеш гуляти».

Скажіть: «Черевики», ніж говорити: «Скільки разів я тобі наказувала знімати черевики у передпокої. Подивися, скільки бруду ти завдав! Ти неухажливий, зовсім не думаєш про маму».

3 Інформаційне повідомлення

«Чому не спрацьовує покарання?»

Проблема покарання полягає в тому, що ми зазвичай застосовуємо його в принижувальній, що викликає страждання, формі. Керуючись добрими намірами, багато батьків думають, що можуть змінити дитину на краще, якщо вкажуть на те, що у неї неправильно. Однак сумним фактом є те, що критика лише підсилює те негативне, з чим ми намагаємося

боротися. Тому що критика змушує дитину дивитися на себе як на невдачу: вона змушує оборонятися чи пручатися, позбавляє дитину будь-якої мотивації або бажання випробувати щось нове. Коли дитина «бореться» з домашніми завданнями, то найліпший спосіб бентежити її — заявити: «це легко». Щоб мобілізувати дитину на виконання завдання, ви говорите прямо протилежне: «Це нелегко, чи так? Але впевнений, що ти зможеш це зробити». Критика дітей підліткового і юнацького віку особливо небезпечна, тому що вони і так досить прискіпливі до своєї зовнішності і хворобливо реагують на зміни свого тіла. Діти молодшого віку теж вбирають нашу критику, як губка, тому що вони бачать себе нашими очима. Зауваження батьків: «Чому ти не можеш цього розв'язати? Це ж так просто. Якби ти прочитав задачу більш уважно, ти б її розв'язав».

Тлумачення дитини: «Можливо, я насправді зовсім тупий. Я ніколи не зможу навчитися».

Зауваження батьків: «Якби ти доклав більше зусиль, ти б зміг зробити краще. Ти занадто легко здаєшся».

Тлумачення дитини: «До чого намагатися? Мені ніколи не впоратися з цим».

4 Психологічний практикум «Поганий результат»

Батькам роздають картки із ситуаціями.

1. Дитина постійно забуває покласти брудні тарілки в посудомийку. Ваші дії.
2. Дитина забула поставити морозиво в холодильник, і воно розтануло. Ваші дії.
3. Дитина пролила молоко на підлогу. Ваші дії.
4. Дитина дуже часто забуває речі в школі. Ваші дії.

Кожна група батьків пропонує свої варіанти, які потім обговорюються.

► Поради психолога

Якщо ваші слова спрямовані на результат учинку, а не на «персону», то діти не сприймуть їх, як атаку на себе.

Скажіть: «Морозиво, яке ти залишив на столі, перетвориться просто в солодке молоко», ніж говорити: «Ти завжди такий неохайний. Подивися, ти залишив пачку морозива на столі».

Скажіть: «Брудним тарілками місце в посудомийці, а не на кухні», ніж говорити: «Скільки разів мені треба говорити про це? Ти думаєш, тут ресторан».

5 Інформаційне повідомлення «Як приборкати наш гнів?»

Ми рідко говоримо про те, якими лютими можуть зробити нас діти. Ми відчуваємо почуття провини,

тому що дитина доводить нас до такого ж безконтрольного стану, в якому знаходиться сама. Ми глибоко шкодуємо про жакливі, різкі слова, які вже неможливо забрати назад. Адже основна наша мета — змінити поведінку, а не завдати болю. Коли діти провокують нашу лють, що ми повинні робити, щоб зменшити шкоду, якої може заподіяти наш гнів?

Які ж наші альтернативи прочуханці та образам?

1. Використовуйте слова, які виражають ваші почуття і не переходять на особистість дитини. Вони називаються «Я-висловлювання». Замість слів «Ти такий...». Говоріть: «Я дуже сердитий через...», «Я очікував...», «Я відчуваю...», «Я хотів би...», «Мене, дійсно, бісить...».
2. Відступ — найкращий спосіб під час конфронтації. Навіть декількох хвилин, проведених наодинці, буває достатньо, щоб подумати, вибрати найбільш раціональний вихід із становища й підібрати потрібні слова, які варто сказати, повернувшись до дитини.
3. Відновлення теплих почуттів. Після того, як шторм минув, ви можете сказати: «Я б не хотіла більше говорити з тобою в такому тоні».

6 Психологічний практикум «Я-висловлювання»

Спробуйте за допомогою «Я-висловлювань» розв'язати ситуації:

1. Дитина нове пальто кинула на підлогу, замість того щоб повісити на вішалку. (*Правильна відповідь:* Я очікував, що нове пальто буде висіти на вішалці.)
2. Дочка постійно розкидала свої речі по кімнаті і в батька через це були конфлікти з нею. (*Правильна відповідь:* Мене дійсно бісить вигляд розкиданого одягу.)

7 Психологічний практикум «Гумор»

Часто щоденні баталії трапляються через невміння розрядити обстановку.

Як можна розв'язати ситуації за допомогою гумору, фантазії:

1. Батько із сином вийшли з кінотеатру. Син запропонував взяти таксі, тому що автобуси переповнені. (Родина середнього достатку.)
2. Матір Вови дратувала звичка сина залишати іграшки по всій кімнаті.
3. Дочка забуває помити посуд або викинути сміття.

Кожна група батьків пропонує свої варіанти, які потім обговорюються.

Висновок

Ви самі переконалися, що гумор і фантазія батьків допоможуть розрядити обстановку.

8 Перевір себе «Батьківські установи»

Ставлення батьків до дитини може бути різним: уважне, боязке, сердите, роздратоване або

товариське, врівноважене, впевнене... Створена в сім'ї система відносин до дитини називається **батьківськими установками**.

Пропонуємо вам визначити (спрощено, звичайно) свої установи та можливі наслідки їх для емоційного розвитку дитини.

Типи установок	Словесна характеристика	Спосіб поводження з дітьми	Наслідки розвитку дитини
Прихильність, доброзичливість і любов	«Дитина — центр моїх інтересів»	Ласкаве звернення, невимушена гра, спілкування з дитиною	Почуття безпеки, нормальний розвиток особистості
Явне відчуження	«Не люблю дітей. Не буду через них турбуватися»	Відчуження, уникнення контактів, жорсткі вчинки	Агресивність, замкнутість, уповільнений емоційний розвиток
Надмірна вимогливість	«Не хочу мати такої дитини, як є. Можна було б змінити на кращу»	Ніколи не хвалить, часто лає	Невпевненість у собі, страх
Надмірна опіка	«Роблю все для дитини, всього себе присвячую їй»	Обмеження самостійності, надмірне підлаштування під дитину	Уповільнена соціалізація, інфантилізм, несамотійність

9 Підсумок семінару

Психолог. Я думаю, що сьогоднішнє заняття допоможе вам переглянути моделі поведінки, які ви застосовували раніше. Тепер ви зможете спілкуватися з дітьми будь-якого віку. Це дозволить вам мати більш тісні відносини з дітьми у майбутньому, коли вони стануть дорослими.

Батьківський катехізис, або Закони розумно організованого сімейного виховання школярів

1. Пам'ятайте, що вчення — один з найважливіших видів праці, а розумові сили і можливості дітей не однакові.
2. Не можна вимагати від учня неможливого. Важливо визначити, на що він здатний у цей момент навчальної діяльності, як розвивати його розумові здібності.
3. Навчання не сприяє розвитку учня, якщо воно вимагає від нього механічної роботи, а не напруження розумових сил, пізнавальної активності, думки і дії.
4. Найпростіший метод виховання, що не вимагає ні часу, ні розуму — це побити дитину і цим озлобити її або зламати. Виключте крики, насильство і командно-наказовий тон. Вони викликають протидію дітей, психічні травми, придушують бажання та інтерес, примушують шукати порятунку в обмані. Ще давні філософи стверджували, що ласкою можна добитися більшого, ніж грубою силою.
5. Розвивайте інтерес, інтелектуальні бажання, ініціативу дитини в навчанні і всіх її справах.

6. Пам'ятайте, що за науково обґрунтованими нормами над виконанням усіх домашніх завдань учень 2-го класу повинен працювати не більше 45 хв, 3-го — 1 год, 4-го — 1 год 25 хв. Привчіть дітей користуватися годинником і не дозволяйте їм сидіти за виконанням домашніх завдань більше встановленого часу. Це може, відбитися на їхньому здоров'ї і розумовому розвитку.

7. Не примушуйте дитину писати в чернетці, часто переписувати домашнє завдання — це веде до перевтоми і викликає огиду до навчання.
8. Не переживайте, якщо ваша дитина отримує за виконану роботу не таку оцінку, як вам хотілося б. По-перше, оцінка відіграє виховну роль, по-друге, це не остання робота й не остання оцінка.
9. Перевіряйте виконані дітьми домашні завдання, особливо на першому етапі навчання. Але вашими оцінками має бути: «задоволений», «не задоволений». І будьте впевнені, що завтра ваша дитина буде старатися, щоб ви були задоволені нею.
10. Обов'язково помічайте й заохочуйте навіть малопомітні успіхи дітей у навчанні й поведінці, використовуючи для цього слова схвалення, поцілунки, різні види морального та матеріального заохочення.
11. Здоров'я дитини — крихка кришталева куля, і тримають його три атланти: спадковість, спосіб життя і середовище. Організуйте правильний режим життя, харчування, навчання і відпочинку дітей.