

Государственное бюджетное образовательное учреждение
«Краевой центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»
Ресурсный центр "Растем вместе"

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ТЕМЕ:

**«НЕПОСЛУШАНИЕ КАК ПРОВЕРКА
РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ НА ПОДЛИННОСТЬ»**

подготовила:

педагог-психолог
Ресурсного центра
Кулик А.Н.

Июль, 2021 года

Зачастую родителям трудно принять своего ребёнка таким, какой он есть: со всеми его шалостями и слабостями.

С самого рождения мы стараемся «впихнуть» его в собственное представление о том, каким он должен быть, состоящего из микса общественных норм, своего видения мира, собственных привычек и ценностей. Так формируется образ идеального ребёнка (в понимании родителей), которое не имеет ничего общего с реальной действительностью. Это, в свою очередь, приводит к возникновению ряда проблем в детско-родительских отношениях.

До трёх лет, пока ребёнок не идентифицирует себя как отдельную личность, всё может идти по «намеченному» плану родителей: он ест, то, что ему дают, носит то, во что его одевают. Затем приходит так называемый кризис трёх лет: ребёнок осознаёт своё Я. Теперь, о, волшебство, он может не надевать красные носки, которые предлагает ему мама, а может требовать жёлтые, потому что они ему больше нравятся. В этот период родители впервые сталкиваются с существенным сопротивлением со стороны своего ребёнка. Они тяжело приходят к мысли о том, что ребёнок - это маленький, но всё же отдельный человек, и что он научается познанию самого себя через отказы надевать красные носки, которые предлагает ему мама, а вовсе не для того, чтобы ей «насолить».

Но в голову родителей медленно, но верно, начинают закрадываться мысли, что что-то не так с их чадом, он стал другим: непослушным, агрессивным, упрямым (читайте «не удобным»).

Мы, взрослые, такое поведение расцениваем как нечто нехорошее, отклоняющееся от нормы и быстренько навешиваем на собственного ребёнка ярлык непослушного, упрямого, балованного.

Тут же подоспеет бабушка Зина из соседнего подъезда, чтобы вы ни в коем случае не усомнились в правильности своего решения назвать его таким, каким вы его уже назвали. Ведь Ваш трёхлетний ребёнок не сразу поздоровался с ней или вовсе этого не сделал, или не поделился своей игрушкой с её внуком Петей. «Какой балованный, жадный мальчик!», заключает «эксперт» баба Зина. В такие моменты в большинстве своём родители теряются и не становятся на сторону своего ребёнка и свою, как родителя. Не дают понять, тем самым, что, мягко говоря, это не её дело и в свой огород бы посмотрели.

Нет, нас такому не учили. Мы и наши родители воспитывались в парадигме «хороших девочек» и «хороших мальчиков», которые беспрекословно подчиняются старшим по возрасту, не грубят, не смотря на обесценивающие фразы таких вот баб Зин, которые подрывают на корню самое важное, что есть у человека - уважение и любовь к себе. (не путать с эгоизмом).

Вы для своего ребёнка, особенно в раннем возрасте, - всё, весь мир. Не очень комфортно находится в мире условного принятия, условной любви, где, по сути, должно быть безопасно и легко. Действовать в рамках заданного Вами маршрута, без учёта особенностей малыша, непосильная ноша для

детской психики. Всё, что ему нужно для благополучного развития, это Ваша безусловная (читайте «подлинная») любовь. Не потому, что он съел всю кашу сегодня или всегда ходит на горшок, и в три года пользуется ножом и вилкой, а просто потому, что он ВАШ ребёнок!

Хочу, чтобы меня правильно поняли: речь идёт не о вседозволенности в воспитании, и не о попустительском отношении, как может показаться. Речь о том, что у маленького человека, который пришёл посредством Вас в этот мир, есть только вы, он полностью зависим от Вас на данном этапе его жизни, Ваша любовь и безусловное принятие-это всё, что ему нужно, чтобы вырасти, как минимум, счастливым человеком! Важно, чтобы это красной нитью проходило через все ситуации, связанные с воспитанием. А они бывают разными, порой, очень сложными. Но, поверьте, только в таком случае будет найден баланс гармоничных детско-родительских отношений!

А вы, любите своего ребёнка «подлинно»?

Рекомендации: «Как научиться любить и принимать своих детей»

Зачастую всё дело в эмоциях. Нас не учили важному правилу разрешать и проживать все эмоции, а не только положительные. От этого очень много проблем возникает в отношениях, особенно в детско-родительских. Так что же делать?

1. Принять свои эмоции, чтобы принять эмоции ребёнка.

Мы привыкли ругать себя за так называемые негативные эмоции, проявленные по отношению к нашим детям. Бинго! Мы можем злиться, раздражаться, обижаться ровно так же, как и радоваться, наслаждаться, удивляться, восхищаться. Разрешайте себе и положительные, и отрицательные эмоции: это норма для любого живого существа. Это как две стороны одной медали. Нужно это понять и принять в себе. И не наказывать себя токсичным стыдом за то, что разозлились на ребёнка из-за пролитой им чашки с водой. Это не значит, что вы его не любите. Это значит, что вы просто разозлились. Скажите себе в такой момент: «Я злюсь, я могу злиться, потому что я устала. Мне жалко себя. Мне нужно отдохнуть, сейчас пойду и немного полежу»

2. Важно проживать свои эмоции.

Не подавляйте свои эмоции, их нужно прожить. Вместо этого, озвучивайте их и проговаривайте для себя, почему вы сейчас злитесь, обижаетесь или радуетесь. Пример см. пункт 1.

3. Разрешайте эмоции ребёнку, проговаривайте всё, что с ним происходит, также, как и себе. Например, ребёнок упал и бежит к Вам плача. Не ругайте его, что бежит не там и не так. Это дети. Они познают мир опытным путём. Обняв, можно сказать: «Ты упал. Такое бывает. Тебе больно сейчас и обидно. Ты можешь поплакать, сыночек. Мы полечим коленочку и она быстро заживёт. Мама рядом»

Разберём ситуацию

- ✓ Ты упал. – констатируем факт произошедшего.

- ✓ Такое бывает. - чтобы ребёнок не принимал это исключительно на свой счёт. Детям в раннем возрасте свойственен эгоцентризм. И поэтому они любые неудачи воспринимают остро.
- ✓ Тебе больно сейчас и обидно. – проговаривание того, что сейчас испытывает ребёнок, его эмоции.
- ✓ Ты можешь поплакать, сыночек. - разрешение на проживание этих эмоций.
- ✓ Мы полечим коленочку, и она быстро заживёт. - проговаривание дальнейших действий. Психике даётся опора в виде плана и понимания ребёнку, что всё можно исправить.
- ✓ Мама рядом. - важный момент. Возникает чувство безопасности у ребёнка и чувства безусловного принятия. Тревога снижается.

4. Разрешение на эмоции, запрет на действия. Что это значит?

Бывают ситуации, когда конфликт неизбежен. Ребёнок в магазине требует игрушку, несмотря на то, что 30 минут назад в другом магазине вы уже купили ему две. Слезы, а может и истерика неизбежны. Что делать?

- ✓ Важно озвучить эмоцию ребёнка. «Ты злишься». «Ты обиделся». Так вы принимаете эмоции ребёнка, даёте право на их существование, даёте понимание ребёнку того, что нормально их испытывать. Хорошо назвать причину эмоции. «Ты злишься, потому что я не купила тебе игрушку. Но я тебе уже купила две».
- ✓ Будьте рядом с ним, возьмите за руку, чтобы он чувствовал, что вы любите его и принимаете любим.
- ✓ Далее, необходимо выдержать свои эмоции (они могут быть разными) и эмоции вашего ребёнка.
- ✓ После, когда ребёнок успокоится, проговорите с ним эту ситуацию. Обязательно дайте понять, что любите его, несмотря ни на что.

Все люди индивидуальны! Помните это, когда Ваши мечты по поводу спортивного будущего Вашего ребёнка рушатся о его видимую тягу к рисованию. Проживите эмоции разочарования по этому поводу и продолжайте безусловно любить и принимать Вашего будущего художника.