

Консультация для родителей и специалистов ДОУ «Дети – тираны»

Все дети капризничают и бывают непослушными. Капризы помогают детям выразить свое недовольство и тревогу, настоять на своем и добиться желаемого. Современным родителям трудно понять, почему их ребенок не может вести себя так, как хочет. Им кажется, постоянные запреты и ограничения не делают ребенка свободным и счастливым.

Станет ли маленький член семьи тираном или нет во многом зависит от двух факторов: биологического и средового.

Чаще всего тираничными могут стать возбудимые, холеричные, темпераментные дети, а также дети с СДВГ. У таких детей есть все шансы чтобы «победить» родителей в этом бою, так как очень нелегко устоять перед их настойчивостью, эмоциональностью и возбудимостью.

Обнаружить такие качества темперамента в ребенке, да и в самом себе поможет шкала Томпсона Чеса.

Все выше перечисленное относится к биологическим факторам. Что касается средовых факторов - это эгоцентризм.

Эгоцентризм – это фокусирование индивида исключительно на своих интересах и потребностях, а также отсутствие понимания чужих желаний, эмоций. До 5 лет это качество присуще всем детям, однако по мере взросления эта особенность должна убывать, а поведение ребенка становится более социальным.

Довольно часто причиной эгоцентризма является **гиперопека**- чрезмерная забота, контроль родителей, ограничение активности, самостоятельности ребенка. Еще одной причиной развития эгоцентризма у детей является **детоцентризм** в семье - это воспитательная концепция, согласно которой интересы семьи концентрируются исключительно на ребёнке. Данное явление наиболее характерно для однопородных и неполных семей, родителей, родивших детей в позднем возрасте, и пр. Необходимо учитывать, что избалованный ребёнок может вырасти эгоистом, либо инфантильной личностью, плохо адаптирующейся к жизни в обществе.

Еще одна причина развития тираничного ребенка – это сложное взаимодействие родителей и ребенка из-за различных темпераментов, например: меланхолического или флегматического родителя и холерического ребенка.

Как же проявляется тирания у детей? В первую очередь это **манипулирование** - воздействие детей на родителей с использованием целенаправленных психологических воздействий, вызывающих нужные ребенку реакции родителей в обход и против их сознательного контроля. Манипуляции могут заключаться не только в постоянных криках и скандалах, но и в отказе от еды и сильнейшем похудении, а так же в понимании взрослого возможности попыток суицида, негативизме, попытках добиться желаемого путем «метания» от одного родителя к другому.

Чаще всего родители таких детей боятся нанести вред или травму своему ребенку, выстраивая рамки и границы, отстаивая свое решение, во всем идут на поводу у ребенка.

На самом деле отсутствие правил мешает ребенку взрослеть и превращает ребенка в тирана, который пытается заставить родителей перестроить свою жизнь в зависимости от своих желаний. Обнаружив один раз, что слезы и истерики позволяют добиться своего, ребенок начинает использовать их постоянно, полностью подчиняя себе родителей.

Формировать родительский авторитет нелегко и эта трудность связана, прежде всего, с нашим воспитанием. Чтобы запрещать ребенку и настаивать на своем, мы сами не должны испытывать чувство вины перед ребенком, то есть быть хорошими родителями. Если же родители нас в детстве ни в чем не ограничивали или наоборот, наказывали за любое непослушание, то это и мешает маме и папе быть твердыми и пересекать любое недопустимое поведение ребенка.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок чувствовал себя легко и свободно, вырос самостоятельным, уважал себя, родителей и окружающих, умел делать выбор и отвечать за свои действия, то начните четко устанавливать правила и обязательно добивайтесь их соблюдения. Воспитывать - значит, подавать пример. Бесполезно требовать от ребенка убирать игрушки и заправлять постель, если вы сами не любите наводить порядок в доме.

Уже в возрасте 2-3 лет ребенок делает первые попытки отделиться от родителей, подчеркивая свою самостоятельность. Он ни с чем не соглашается, ломает игрушки, кусается, бьет родителей и других детей. В этом возрасте родители должны проявить твердость своего характера, запрещая ребенку причинять боль другим и самому себе. Это основа, отталкиваясь от которой ребенок учится уважать родителей и других детей. Не нужно применять силу, чтобы дать ребенку понять, что ударив кого-то кулаком, он причиняет боль. Разговаривайте с ребенком, каждый раз объясняйте ему, что прибегать к насилию нельзя и даже опасно.

Какие бы причины не стояли за поведением ребенка, не позволяйте ему обзывать себя и поднимать на вас руку. Не отвечайте грубостью за грубость, откажитесь продолжать с ним разговор и будьте твердым. Если после того, как ребенок ударил или обозвал вас, вы продолжаете с ним играть и разговаривать, он никогда не сможет понять, что ведет себя плохо. Ребенок должен знать, что родители его накажут, если он опять будет бить и обзывать других людей. Предупреждая его об этом, родители побуждают его к обдуманному послушанию. Если же он не слушается, никаких компромиссов не должно быть - родители должны применить то, о чем предупреждали его. Если наказание стало единственным способом, чтобы добиться подчинения, то это говорит о том, что родители упустили время в воспитании ребенка и потеряли свой авторитет перед ним. Однако признать свое поражение - не выход из ситуации. Срочно начинайте вести себя по-другому по отношению со своим ребенком. Для начала перестаньте одобрять поведение, которое нарушает правила, установленные в доме.

5 ошибок в воспитании, которые могут сделать из ваших детей тиранов

1. Окружающие ребенка люди не показывают своих истинных чувств

Предположим, малыш бьет другого лопаткой по голове. Контрпродуктивным будет, если мы, взрослые, несмотря на то, что рассержены, улыбнемся и мягко скажем: «Костенька, не надо так делать!» В этом случае мозг ребенка неправильно запоминает, какие чувства испытывает другой, когда ребенок дерется или говорит грубости. А для развития эмпатии крайне необходимо корректное запоминание действия и реакции на него.

Эмпатия и социальное поведение не даются нам с рождения: маленький ребенок сначала должен запомнить, какие чувства существуют, как они выражаются в жестах и мимике, как люди адекватно на них реагируют. Поэтому, когда у нас поднимается волна чувств, важно проявлять их максимально естественно.

Полный «срыв» родителей, кстати, не является естественной реакцией. На мой взгляд, этим словом слишком часто злоупотребляют взрослые, оправдывающие свои неконтролируемые приступы гнева: «Но я всего лишь веду себя естественно...» Нет. Наши чувства лежат в нашей зоне ответственности. Отказываться от этой ответственности и перекладывать ее на ребенка – это не по взрослому.

2. Родители делают все для того, чтобы их детям не пришлось пережить разочарование

Дети должны учиться переносить неудачи, преодолевать их, чтобы выходить из разных жизненных ситуаций более сильными. Если в обратной связи от людей, к которым ребенок привязан, он получает сигнал о том, что они в него верят, его уверенность в собственных силах растет. При этом поведение взрослых важнее, чем их слова. Важно транслировать свои истинные чувства.

Необходимо с самого начала позволять детям терпеть маленькие неудачи. Ни к чему устранять с пути ребенка все без исключения препятствия: именно фрустрация оттого, что что-то пока не получается, и запускает внутреннюю мотивацию расти над собой. Если же родители постоянно этому препятствуют, то дети вырастают во взрослых, не приспособленных к жизни, разбивающихся о самые мелкие неудачи или даже не осмеливающихся начать что-то из страха не справиться.

3. Вместо настоящего утешения родители отвлекают ребенка

Если что-то идет наперекосяк и в качестве утешения родители дарят ребенку подарок, отвлекая его, мозг не учится жизнестойкости, а привыкает опираться на замещение: еду, напитки, покупки, видеоигры.

Есть разница между утешением с проявлением участия и утешением с помощью отвлечения. При подлинном утешении человек чувствует себя лучше, испытывает облегчение. Действие же поддельного утешения быстро заканчивается, поэтому ему нужно все больше и больше. Конечно, время от времени родители могут таким образом «заполнить пробел», но лучше будет обнять ребенка и пережить вместе с ним его боль.

4. Родители ведут себя непредсказуемо

У людей есть базовая потребность в структуре и упорядоченности в жизни. Если на протяжении длительного времени они не могут предвидеть, как будет проходить их день, то начинают испытывать стресс и заболевают. В первую очередь это относится к поведению родителей: оно должно иметь какую-то структуру, понятную для ребенка, чтобы он знал, чем оно продиктовано, и мог на него ориентироваться. Это помогает ему обрести уверенность в поведении. Без последовательных сценариев и внятных ориентиров ребенок не сможет вырасти здоровым, не усвоит правила «нормального» сосуществования – напротив, он будет реагировать так же непредсказуемо, тем самым вызывая недовольство в детском саду и школе.

5. Родители просто игнорируют «нет» своих детей

Разумеется, есть ситуации, в которых мы, родители, должны переступить через «нет» наших детей. Когда двухлетний ребенок бросается на асфальт посреди улицы, потому что не хочет идти дальше, вопросов нет: в целях безопасности папа должен поднять его и унести. Родители должны и имеют право применять «оберегающую силу» по отношению к своим детям. Но как часто случаются такие ситуации и как часто мы не обращаем внимания на «нет» наших детей просто из удобства или нехватки времени?

Почему важно учить эмпатии?

1. Известно, что дети с высокой эмпатией склонны вступаться даже за тех, кто не принадлежит к компании друзей. Таким образом дети способствуют уменьшению буллинга (травли) в школах и на улицах. Опыт поддержки и защиты слабых помогает детям приобрести здоровую устойчивую самооценку.

2. Высокая эмпатия способствует счастью и успеху, когда ребенок становится взрослым. Это касается, в первую очередь, личной жизни. Эмпатия помогает выстраивать отношения с друзьями, создавать семью и воспитывать детей. Люди, легко воспринимающие и понимающие чувства других, успешны и в работе. Они способны к эффективным переговорам, сотрудничеству, хорошо работают в команде. Работодатели часто называют эмпатию одним из важнейших навыков в современных условиях рынка.

3. Эмпатичные люди проявляют чуткость, распознавая насущные проблемы общества или групп населения, и находят пути их решения. Например, они изобретают технологии сбора пресной воды для засушливых территорий или легко складывающуюся детскую коляску. Вообще, большинство изобретений удовлетворяют нужды людей, которые трудно угадать без способности к пониманию их проблем и чувств.

Обратите внимание на то, что важно не только учить видеть чувства других людей, но и понимать, что с этим делать. В противном случае эмпатия может вызывать негативные последствия. Например, сопереживая чужому горю, человек придет в замешательство, не имея понятия, как себя вести, и надолго оставаясь с тяжелым чувством беспомощности. «Заразившись» гневом окружающих, люди могут вовлекаться в деструктивное и жестокое поведение группы – это становится

основой для развития буллинга и травли. Поэтому обучая детей сопереживанию, нужно предоставлять им адекватные стратегии поведения.

Как помочь ребенку развить способность к сопереживанию?

1. Подавайте пример заботы и сострадания. Говорите о том, как вы сочувствуете другим людям. Делитесь собственными радостями и переживаниями. Показывайте детям, что вы рады их успехам и сочувствуете их горестям.

2. Учите детей словам, описывающим эмоции. Называйте чувства, которые переживаете вы, другие люди и ваш ребенок. «Мне очень грустно из-за того, что умерла бабушка». «Ты плачешь, потому что испугался? Тебе страшно?». «Твой брат злится, потому что ему не досталось пирога». Поощряйте других членов семьи делиться своими чувствами.

3. Помогайте ребенку интерпретировать эмоции людей. Спрашивайте: «Как ты думаешь, почему эта девочка плачет?», «Что мог увидеть этот человек, который выглядит таким удивленным?».

4. Поощряйте сострадание и взаимопомощь. Благодарите детей не только за помощь вам, но и за помощь другим людям. Старайтесь поощрять не редкие добрые поступки, а последовательное эмпатичное поведение. Не хвалите слишком часто, но напоминайте ребенку о том, что он уже долгое время вел себя как заботливый сострадательный человек.

5. Поддерживайте детей в стремлении к сотрудничеству. Важно поощрять детей не только к тому, чтобы делать что-то для других, но и вместе с другими.

6. Читайте вместе. Книги могут рассказывать о реальных судьбах людей и вовлекать читателя в переживания героев. Обсуждайте эмоции и действия героев книг: «Как, ты думаешь, он себя чувствует? Как можно помочь ему почувствовать себя лучше?»

7. Помогайте детям видеть различие и сходство людей. Объясняйте, что все дети разные. Некоторые худые, другие полные. Одни бегают быстро, другие медленно. Кто-то любит играть в футбол, а кто-то – рисовать. В тоже время, есть то, в чем все дети одинаковы. Все едят, пьют, спят, растут; у всех есть чувства, и, самое главное, никому не нравится, когда их обижают.

8. Избегайте ругани и излишней требовательности. Не запрещайте детям выражать чувства. Не говорите мальчикам, что мужчины не плачут. Такое поведение родителей может не только затормозить развитие способности к сопереживанию, но и спровоцировать разнообразные психологические проблемы в детстве и взрослой жизни.

9. Будьте терпеливы. Никто из нас не может быть эмпатичным и сострадательным всегда, даже взрослые. Чтобы поставить себя на место другого, требуется немало душевных сил, это утомляет. А для ребенка освоение любого навыка занимает долгое время и требует множества повторений. Так что помогайте детям научиться эмпатии и состраданию, но не требуйте от них раньше времени зрелого поведения.