



Правила для ребенка 3-6 лет (дошкольник)

Дети от 2 до 5 - любопытные и живые, прибегающие к вам с веселыми глазенками, виснувшие у вас на шее и взхлеб рассказывающие, что они только что увидели. Они задают вам кучу вопросов, на которые самые умные академики не знают простых ответов. Впрочем, дети ваших ответов и не всегда ждут, им важнее просто - спросить. Дети от 2 до 5 - эгоцентричны, сконцентрированы на собственных желаниях и нуждах, оставаясь абсолютно равнодушными к тому, насколько невнимательны они к другим. Некоторые дошкольники также проходят через стадию «собственничества», без раздумий вмешиваясь в дела родителей, потому что хотят абсолютного родительского внимания. А что, им же этого хочется?

Что делать? Приучать детей к разумным правилам.

Правила, регулирующие взаимоотношения между родителями и детьми, между самими детьми - есть в каждой семье. Весь вопрос - какие эти правила? Что это за правила? Если вы не устанавливаете правила специально и продумано, они устанавливаются сами, и не всегда удачно.

Например, в семье по факту могут установиться следующие проблемные правила: "Если я утром не одеваюсь, мама меня оденет". "Если утром я копаюсь и устраиваю скандал, то не пойду в детский сад". "Если я отказываюсь убирать в своей комнате, это сделает мама". (Вариант не лучше

"Если я отказываюсь одеваться, копаюсь или не убираю за собой игрушки, на меня накричат или дадут по попе"). Наверное, вам нужны более разумные правила.

Когда в семье есть простые, ясные и одновременно разумные правила, жить легче всем. В этом случае ребенок заранее знает, что от него ждут, он сам знает, когда нарушил правило, и это не нужно доказывать через скандал. Когда правила для ребенка становятся привычными, они становятся естественной нормой жизни, и тогда вы можете почти полностью отказаться от «приказов» или специальных запретов.

В дошкольном возрасте дети еще затрудняются напоминать правила сами себе, большинство правил живут как формулировки старших, с которыми дети согласны. "В 9 часов ты ложишься спать!" - это говорит папа, это напоминает мама, и ребенок к этому привыкает. Самые главные, самые общие правила обычно проговариваются редко, но так или иначе, скорее на уровне чувства, дети их также усваивают. Для дошкольника это важные правила следующие: "Я должен иногда развлекать себя сам". "Упрямство не принесет мне никакой выгоды". "Я могу засыпать в одиночестве и спать всю ночь". "Если это важно, я должен делать то, что скажут мои родители".

А что для этого должны говорить родители? Приведем типовые варианты.

Подъем

- Я тебя бужу - ты мне улыбаешься и встаешь в течении минуты.
- С утра никаких игр, нужно быстро умыться и собраться.
- Мы выходим в детский сад вовремя, даже если ты не успел полностью одеться.

Еда

- Я определяю, что будет на обед. Или ешьте то, что мама приготовила, или оставайтесь голодными. Тут вам не ресторан. Другой еды нет.
- Ты решаешь будешь ли ты есть и сколько. Никого насильно не кормим. Не хочешь есть, не ешь. Не хочешь доедать, оставь.
- Между едой никаких перекусов, Фанты и сладостей. Плохо поел - нагуляешь здоровый аппетит.
- Во время еды мы остаемся сидеть за столом. В это время на нем нет места игрушкам.
- Неправильное поведение за столом во время еды (ноги на стол, размазывание еды, выбегание чтобы что-нибудь посмотреть или поиграть) = прием пищи закончен.
- После еды мы все говорим маме: "Спасибо!" и уносим посуду за собой на кухню.

Безопасность

- Если, рядом проезжая часть, ты должен оставаться рядом со мной.
- Если ты гуляешь и покидаешь двор, нужно сначала сообщить об этом родителям. Кто-то из нас всегда должен знать где ты находишься.
- Если родителей нет рядом, ни с кем из окружающих ты не разговариваешь, никакие приглашения не принимаешь.

Отношения с окружающими

- Дома, на игровой площадке или в секциях мы относимся ко всем дружелюбно. Бить, отнимать игрушки или бросаться предметами запрещено. Если нам что - то мешает, мы можем об этом сказать.

- Мы разговариваем друг с другом дружелюбно, без ругательств и крика.

Родители

- Если мама или папа зовет, приходим сразу. Если мама зовет, а ты что-то не доделал, приходишь и объясняешь это маме. Возможно, мама разрешит это доделать.

- Родителей слушаемся. Если не согласен, то вначале сделай, а потом обсуди на будущее. Если хочешь сделать не сразу, а потом, то вначале скажи, что обязательно сделаешь, а потом попроси сделать это попозже.

- Родители нытье и плач не понимают. Если что-то нужно - попроси спокойным голосом.

- Формат просьбы: плечи расправлены, лицо радостное, глаза смотрят в глаза того, кого просим: "Обращение, пожалуйста, текст просьбы". После выполнения просьбы обязательно поблагодарить.

- На отказ не обижаемся.

- Родителей не дергаем, издалека им не кричим. Если нужно что-то папе или маме сказать - подбеги, встань рядом и только после это спроси.

Игры

- Начинаются драки - кончаются игры. Используйте правило "Стоп!"

- Сначала ты убираешь старую игру, потом достаешь новую.

- Свои игрушки ты убираешь сам.

Телевизор и компьютер

- Я решаю, как долго ты можешь смотреть телевизор. Мы решаем вместе, что ты можешь смотреть. Тебе разрешено включать телевизор только с моего разрешения.

- Компьютер и айпэд - только при отсутствии драк, только полчаса в день и только пока это не нужно старшим. Новые программы и игры закачивает только папа.

Сон

- В 9 часов дети ложатся спать.

- После «сказки на ночь» мама или папа выключают свет и уходят из комнаты.

- В постели дети не кричат, лежат тихо, стараются заснуть.

Могут ли правила в вашей семье быть другими? Конечно, могут: дети разные, разные семьи. В хороших семьях в этом возрасте родителями могут быть введены правила более серьезные. Например, смотри Как Миша поставил бабушку в угол

В каждой семье могут быть немного свои порядки, важно только уметь свои правила правильно формулировать. Для этого чаще представляйте, как бы вы хотели, чтобы ребенок себя вел, после этого переведите это на язык конкретных действий, где формулируется не только в негативе "Что нельзя", а в позитиве "Как правильно".

Легко сказать,: "Никогда не дерись с сестренкой!", но это - не правило, потому что умный ребенок на это спросит: "А что мне делать, если вас нет, а сестра у меня отняла мою игрушку, не отдает и дразнится?" Возможно, в такой ситуации вашим детям больше поможет правило "Стоп!", а может быть, вы придумаете что-то еще более интересное.

Как вводить новые правила? Для умелых родителей это просто, всем остальным нужно вначале освоить простейшие правила формата...

Сила правил в их устойчивости - и одновременно в способности меняться, когда меняется ситуация (например, вы летом переезжаете на дачу). Всегда лучше, когда правила записаны. Всегда веселее, когда их можно всем проговорить хором и громко. Отлично, если их можно спеть или рассказать как стихи. Вначале правила живут только потому, что о них помнят родители. Со временем правила живут, потому что к ним уже привыкли дети...

На детишек от 3 до 6 очень хорошо действует обозначение намерений. Пишет Лилия Смыслова:

"Когда обозначаешь детям свои намерения по отношению к ним, некую программу предстоящих действий, то они гораздо послушнее и спокойнее, даже если эта программа действий подразумевает что-то для них невыгодное или не желаемое. Например, когда лежали в больнице с Викой, и надо было сделать укол, я ей говорила: "Сейчас нужно будет немного потерпеть, тебе сделают укол вот сюда (показывала куда), тетя помажет здесь мокрой ваткой, потом больно уколет, а потом мы это место быстренько ваткой разотрем и подуем, и все пройдет. Но немножечко будет больно. Если хочешь, можешь немножко поплакать. Но укол все равно придется сделать". И Вика почти не плакала и не вырывалась, так, немного пищала во время укола. В отличие от всех остальных детей в палате. Правда, мамы сейчас все умные, эту тему сразу просекли и на следующий день тоже все стали так говорить. И с их детьми это тоже сработало" .Автор: Н.И. Козлов