**Рубрика**

**«Советы психолога»**

**Когда с ребенком трудно –**

**правила взаимодействия**

**Ребенок не слушается. Что делать?**

**План действий, когда Вы сказали ребенку, что от него хотите, а он отказывается слушаться**

1. Остановитесь

Перестаньте делать то, что делали. Нужно использовать другой способ

1. Оцените ситуацию

Попробуйте понять, что может быть причиной, по которой ребенок сопротивляется, какие потребности ребенка могут быть не удовлетворены

1. Озвучьте несогласие ребенка

Старайтесь говорить кратко: «Ты не хочешь одеваться», «Тебе хочется играть с этой банкой», «Тебе не нравится запеканка»

1. Поделитесь информацией

Расскажите факт: «Эта пижама для того, чтобы носить ее дома», «Стеклянные вещи бьются, когда падают на пол»

***НАПРИМЕР***

*Ребенок помогает украшать елку. В каждой руке у него несколько шариков, он может их уронить…*

*Вместо*

*Взрослый: «Осторожней! Не разбей! Возьми по одному! Ну вот! Я же говорила. Шарик разбился».*

*Ребенок плачет и отказывается дальше украшать елку.*

*Надо*

*Взрослый: «Эти шарики хрупкие и бьются, если упадут на пол»*

*Ребенок аккуратно пристраивает часть игрушек около елки, вешает их по одному.*

**Детская злость. Как справиться.**

**План действий, когда ребенок ругается, толкается, дерется, рвет книжку.**

1. Оцените, то, что видите

Скажите, что видите. Например: «Я вижу, тут драка», «Я слышу ругань и рев», «Похоже, Кате больно». Или опишите, что чувствуете. Например: «Я против драк», «Мне не нравится, когда вы так называете друг друга!»

1. Дайте подсказку

Укажите на средство, с помощью которого ребенок может выразить свою агрессию: «Можно кричать, но нельзя бить», «Попробуй сказать ей очень понятно, что тебе не нравится».

**НАПРИМЕР**

*Двое детей ссорятся, один кричит: «Я тебя прибью!»*

*Вместо*

*Взрослый: «Не смей так говорить!»*

*Ребенок: «Буду! Ты плохая! Он плохой! Ты всегда защищаешь его!»*

*(Когда взрослый отходит, ребенок через пять минут атакует)*

*Надо*

*Взрослый: «Ты злишься. Скажи ему, как ты злишься»*

*Ребенок: «Я очень злюсь! Ты меня достал!»*

*(Взрослый отходит, через пять минут дети играют вместе)*

1. Назовите правило

Озвучьте правило. Например: «В нашей семье не дерутся», «У нас нельзя говорить такие слова!»

1. Скажите о своих ожиданиях

Выразите уверенность, что другой выход найдется. Скажите ребенку: «Я хочу, чтобы ты словами сказал, как тебе не нравится, когда берут твои вещи», « Я верю, вы обязательно сможете договориться»

1. Опирайтесь на хорошее

Опишите, как ребенку когда-то удалось цивилизованно проявить агрессию. Например: «Я помню, как вчера ты сумел вернуть свою игрушку без драки», «Когда тебе было три года, ты придумал что-то, чтобы вы не дрались из-за конструктора»

**НАПРИМЕР**

*Двое детей делят машинки, крик, кулаки сжаты…*

*Вместо*

*Взрослый: «У ну разошлись! Хватит! Что у вас за ор! Я сейчас вообще эти машинки у вас уберу! Отдай ему!»*

*Дети: «Это мои! Я тоже хочу! Не дам! Дай!» - рвутся в бой.*

*Надо*

*Взрослый: « Я слышу крики, похоже, вы оба хотите играть машинками»*

*Дети: «Да, Да!» - уже не атакуют друг друга.*

*Взрослый: «Это твои машинки, и ты не хочешь делиться. А вот тебе очень хочется хотя бы немножко с ними поиграть. Х-м-м. Я помню, когда-то вы придумали, как поделить пластилин. Какой-то был крутой способ…» - отходит.*

*Владелец машинки: «Ладно, на тебе эту»*

1. Пожалейте того, кому больно

Сразу пожалейте того, кому больно. Сосредоточитесь на нем.

1. Действуйте, но не оскорбляйте

Возьмите ребенка за руку, положите ему руку на плечо или обхватите его руками, чтобы он не наскакивал на другого ребенка. Но при этом не проявляйте агрессию. Не толкайтесь, не шлепайте, не бейте.

1. Признания чувства

Скажите ребенку: «Я вижу, ты злишься» (или «Я вижу, вы оба злитесь»). Послушайте, что ребенок скажет в ответ. Не перебивайте («Да, но драться из-за этого…) и не переубеждайте («Нет, ты любишь брата»)

1. Смените место

Если ссора не стихает, уведите детей с улицы или из помещения, разведите их по разным комнатам

1. Добавьте элемент игры

Возьмите ребенка, который не прекращает атаковать, за руку и твердо скажите: «Все, я забираю тебя в свою тюрьму, пошли». Отведите его туда, где будете находится сами какое-то время и посадите под стол или на стул: « Вот и тюрьма, и я твой охранник».

**ЗАПОМНИТЕ**

*Вместо*

*Взрослый: «Вы опять ссоритесь? Ты что такой злой? Разве можно бить девочек?»*

*Надо*

*Взрослый: «Я слышу гром и крики. Я вижу, ты злишься. Девочек не бьют».*

1. Помните про сопротивление

Озвучьте проблему, но при этом избегайте приказного тона. Скажите ребенку: «Выходим через 5 минут, а одежда еще на полу», вместо: «Одевайся же скорей!»

1. Придумайте спецзадание

Задайте условия, которые превратят скучное дело в спецзадание. Скажите ребенку: «Спорим, ты не уложишься за то время, пока я…» - и дайте ему успеть. Произнесите как будто в рупор: «Внимание! Молниеносный Саша приступает к одеванию»

**НАПРИМЕР:**

*На часах 07.30, пора выходить в садик, одежда ребенка на стульчике, он сидит, играет…*

*Вместо*

*Взрослый: « Ты еще одет? Мы сейчас выходим! Одевайся скорей! Нам пора!*

*Ребенок: «Нет! Не хочу!»*

*Надо:*

*Взрослый: «Спорим, ты не успеешь собраться, пока я достану одежду для себя?»*

*Ребенок: «Успею!» (начинает собираться)*

1. Попросите оценить проблему

Когда ребенок эмоционально говорит, что не хочет и, не будет делать то, что вы просите, задайте ему вопрос: «Это большая проблема, средняя или маленькая?» Он даст ребенку понять, что вы внимательны к нему, признаете его сложности, а также переключить с каприза на размышление. В некоторых случаях, например, если ребенок рассказывает о проблеме, которая произошла с ним без вас, его ответ на этот вопрос может дать вам ценную информацию о том, насколько проблема важна для него.

1. Используйте существительные

Замените глаголы существительными: не «Одевайся!», а «Куртка!», не «Ешь!», а «Суп!»

**НАПРИМЕР:**

*Двое детей за столом заканчивают обедать, на столе банановые шкурки…*

*Вместо:*

*Взрослый: «Убери шкурки!»*

*Оба ребенка: «Это не я, это он! Нет, это ты, ты!» (и т.д.)*

*Надо:*

*Взрослый: «Шкурки!»*

*Дети берут шкурки.*

1. Если можете, играйте

Заставьте говорить неживые предметы: еда захныкала, что ей не нравится просто лежать на тарелке; злорадная мусорная Баба-яга радуется, что ребенку никогда не успеть убрать игрушки; перчатка тоненьким голоском проситься на пальчик. Как вариант, повторите свое указание убрать, одеться, помыть руки… - с интонациями героя мультика, принцессы, бандита и т.п.

1. Используйте описание

Опишите, что вы видите или чувствуйте: « Я вижу, штаны уже одеты, а ботинки нет»; « Я вижу, кубики разбросаны по всему полу»; « Мне не нравится, когда едят руками».

**ЗАПОМНИТЕ**

*Вместо*

*Взрослый: «Хватит!»; «Прекрати!»; «Да что ты делаешь!»; «И слушать не хочу»*

*Надо*

*Взрослый: «Понимаю, ты не хочешь…»; «О-о-о (с сочувствием) Я вижу…»*

**Короткие истории для родителей**

**(Имена героев вымышленные).**

**Играть, а не принуждать**

 **Петя в три года активно сопротивляется, когда его одевали. То он убегал с хохотом, то дрыгал ногами, то – вместо того, чтобы надеть колготки, - садился на пол и говорил, что он никуда ни за что не пойдет. Мама начинала раздражаться, ругаться, и одевание не только растягивалось по времени, но и портило настроение. Однажды мама решила поступить по-другому. Когда Пете нужно было одеваться, она взяла его комбинезон, ботинки, шапку и перчатки, сложила из них на полу «человечка» и воскликнула: «Смотри-ка! Еще один маленький Петенька лежит на полу!» Заинтригованный Петя прибежал, захохотал, со всех сторон рассмотрел « еще одного Петеньку» и начал одеваться. На следующий день он сам попросил построить «маленького Петеньку». Уже на второй день мама доставала одежду из шкафчика и подавала ее, Петя делал «человечка» сам, а потом начинал одеваться. Проблема ушла.**

**Признавать чувства и дать понарошку то, что хочется ребенку**

**Коле шесть лет. Ему надо идти к стоматологу, но он боится.**

**Коля: «Я боюсь укола. Очень боюсь, когда делают укол. Я не хочу! Я не пойду!»**

**Мама (сочувственно): « Ты боишься укола!»**

**Коля: «Да! Да! Там такая большая игла!»**

**Мама: « О-о-о…Страшно, когда большая игла!»**

**Коля: «Да-да-да…Если бы не этот укол…»**

**Мама: « Если бы иголка была маленькая…»**

**Коля (бодрее): « Я представляю, что она маленькая! Вот такая маленькая!»**

**Мама (кивает): «Представишь, что она во-о-от такая малюсенькая!»**

**Коля (осматривается): « Что бы мне придумать еще? Я возьму моего Ушастика!»**

**Коля берет игрушечного медвежонка и с ним идет к стоматологу.**

**Коля, после стоматолога: «Я представил, что игла маленькая! И я не боялся! И обнимал своего Ушастика».**

**Описать чувства и опираться на хорошее.**

 **Саше четыре и года, и он соскучился по старшему брату Денису, которому уже девять. Саша подбегает к Денису, который делает уроки, лезет к нему на колени, размахивает перед ним руками, пытается вовлечь в игру.**

**Денис (сердито): «Отстань!»**

**Саша еще более радостно и активно пристает, висит на его ноге.**

**Денис (сердито, громко): «Отстань, я сказал! Я делаю уроки!»**

**Саша хватает Дениса за руку, тянет его к себе. Денис свирепо смотрит на брата.**

**Мама (быстро реагирует): « Саша, тебе повезло, что твой брат так цивилизованно реагирует на тебя»**

**Денис (видно, что доволен собой): « Да, клгда я доделаю, я поиграю с тобой»**

**Саша (тянет тетрадь у Дениса из рук): «Поиграй сейчас!»**

 **Мама: «Да-а…Тяжело приходится, когда ты делаешь уроки, а у тебя тянут тетрадь»**

**Денис берет Сашу на руки и относит на диван: « Все, ты арестован, сиди тут, пока я доделаю!»**

**Саша спрыгивает на пол и идет к машинкам: « Я достану полицейскую машину! Я арестован!»**

**Саша садится играть с машинками. Денис идет доделывать уроки.**

**Признать чувства ребенка.**

**Гриша (устал после школы): « Фу, еще уроки! Ненавижу уроки! Не буду делать уроки!»**

**Мама: « Ох, еще бы. Шесть уроков в школе, а тут еще и домашка»**

**Гриша: «Да вообще! Так много всего! По математике два листа и русский…По математике там я быстро решаю»**

**Уходит делать уроки.**

**Описывать происходящее, а не ругать.**

**Гриша, Женя, Леша вместе рисуют красками на огромном листе. Мама с кухни слышит, как из детской доносится тихое хихиканье – видимо, что-то делают. Через некоторое время она входит в детскую и в ужасе видит, что на полу перед входом красками нарисована широченная черная полоса. Весь пол в черных отпечатках рук и ног. Мама смотрит на руки и ноги детей и понимает, что они специально обмазали их краской и оставили отпечатки. Черные следы тянулись по полу от детской до ванной.**

**Мама (очень хочет ругаться, но все-таки говорит): « Я вижу много краски на полу».**

**Леша (смотрит на маму, осторожно говорит): «Мы решили сделать тут ловушку для тебя, вот эту черную».**

**Мама кивает: «А, ловушку».**

**Леша (осторожно): «Ты не бойся, мы сами все уберем».**

**Все трое смотрят на маму.**

**Мама: «Хорошо, а я дам вам ведра и тряпки».**

**Дети все сами убрали, вымыли очень чисто и весело. А могла бы быть ссора и долгая уборка, которую пришлось бы провести маме.**

**Играть, говорить «голосом героя»**

**Гриша, Женя и Леша сидят за столом.**

**Леша: «Я не хочу есть. Не хочу курицу».**

**Женя и Гриша присоединяются: «Не хочу», «Не хочу курицу».**

**Мама (с интонациями крутого парня): «Пацаны, эта курица наводила страх нас весь район! Гоняла всех хулиганов».**

**Все смеются.**

**Женя: «А что она еще делала?» (Начинает есть)**

**Мама: «Она склевала в соседнем магазине все конфеты».**

**Все трое смеются и едят.**

**Разместить объявление**

**Женя никак не может привыкнуть ставить обувь на полку после того, как он переобулся. Мама берет лист бумаги и задумчиво стоит около обуви.**

**Женя: «Ты что?»**

**Мама: «Да вот, думаю, какое объявление сделать, чтобы мы все помнили, куда надо ставить обувь…»**

**Женя: «Давай я!»**

**Женя берет лист, бежит рисовать схему. На схеме полка и обувь на ней. Закрепляет у двери. Показывает всем.**

**Мама: «Женя сделал объявление, чтобы мы все помнили, куда надо ставить обувь. Вот нарисовано: полка, а обувь на ней»**

**Леша: «И я сделаю объявление! Про уборку «Лего»**

**Гриша: «А я нарисую полицию!»**

**Дети убежали делать объявления и рисунки и повесили их в нужных местах. Помогло.**

**Спросить, большая это проблема, средняя или маленькая**

**Женя сиди и плачет: « У меня не работает робот! Мой робот не работает. Мне вообще все не нравится! Робот сломался! Я ничего-о-о не хочу-у-у!»**

**Женя рыдает.**

**Мама: «О-о-о! Это большая, средняя или маленькая проблема?»**

**Женя несколько секунд смотрит на маму, потом говорит: «Большая»**

**Задумывается, морщит лоб.**

**Потом встает, идет на кухню: « Я захотел что-нибудь поесть»**

**План действий, чтобы помочь ребенку освоить правила безопасного поведения, но не запугать**

1. **Начните с себя**

**Учите ребенка отличать опасные ситуации от безопасных, а если вы тревожны, учите этому и себя.**

**Подумайте, каковы ваши запреты и границы безопасности – не мешают ли они ребенку исследовать мир и получать впечатления? Можно ли ему бегать нам прогулке, трогать растения, залезать на горку?**

**Если запретов слишком много, ребенок может игнорировать их без разбора.**

1. **Иллюстрируйте**

**Найдите в интернете или книгах картинки, на которых дети нарушают правила безопасности. Рассмотрите и обоснуйте их с ребенком.**

1. **Говорите о «взрослом» поведении**

**Вдохновляйте ребенка связывать соблюдения правил с взрослением. Говорите: «Ты уже знаешь, что…», «Ты уже научился…» Придумывайте истории про малыша, который не соблюдает правила безопасности, потому что не понимает их. Спрашивайте ребенка, как стоило бы поступить малышу.**

1. **Опишите прогресс**

**Описывайте прогресс в действиях ребенка, которые обеспечивают его безопасность. Например, скажите: « Я обратила внимание, ты научился смотреть, не едет ли машина».**

1. **Не угрожайте**

**Произнесите правила или предостережения кратко и без угроз. Говорите: «Сколько!» вместо «Не упади!», «Машина!» вместо «Куда ты под машину, собьет».**

1. **Давайте информацию**

**Делитесь информацией с ребенком. Например, объясните: « Водитель тут может не видеть ребенка», «Удар током смертелен для человека», «Прыгать с такой высоты опасно».**

***НАПРИМЕР***

***Ребенок схватил нож и пытается резать хлеб***

***ВМЕСТО***

***Мама: «Положи! Ты поранишься!»***

***Ребенок думает: «Когда ты не будешь видеть, я все ножи возьму и, буду резать, как хочу!»***

***НАДО***

***Мама: «Нож острый. Чтобы не порезаться, держи пальчиками подальше от лезвия»***

***Ребенок показывает маме, как он держит нож.***

***Ребенок: «Так правильно?»***

1. **Признавайте чувство ребенка**

**Когда ребенок сопротивляется правилам, озвучьте, что он чувствует. Например, скажите: « Понимаю, тебе хочется бежать со всех ног», «Тебе скучно идти за руку».**

1. **Опишите свои чувства**

**Скажите ребенку, что вы чувствуете. Например: « Я очень боюсь, когда ты так близко от плиты», « Я не могу допустить, чтобы ты бежал туда, где так много машин»**

1. **Спросите ребенка**

**Обратитесь за идеями к ребенку: «Что нам придумать, чтобы ты аккуратно переходил дорогу?». Серьезно выслушайте и повторите его идею вслух.**

1. **Действуйте, но не оскорбляйте**

**Не кричите на ребенка, если он не слушается, а примите меры. Например, возьмите за руку, посадите в тележку и т.п.**

1. **Если можете, играйте**

**Переведите ситуацию в игру. Например, играйте в «замороженные ножки»: по этой команде учите ребенка замереть на месте.**

 ***НАПРИМЕР***

***Мама ведет детей через дорогу, они рвутся во все стороны: «Ску-у-у-чно!»***

***ВМЕСТО***

***Мама: «Куда вы лезете под машину? Собьет же!»***

***НАДО***

***Мама: «Держитесь за мой хвостик, мои рыбки, кругом акулы!»***

***Дети смеются и берут маму за руки – вступают в игру.***

1. **Покажите ребенку пример**

**Подкрепляйте свои слова действиями. Сами не ходите на красный свет, даже если очень спешите. Будьте аккуратны с электроприборами. Не разрешайте незнакомым людям, даже соседям, разговаривать с ребенком – например, в лифте. Произнесите: «Я учу моего ребенка не вступать в разговоры с незнакомцами»**

***ЗАПОМНИТЕ***

***ВМЕСТО***

***Взрослый: « Упадешь!», «Глаз выколешь!», «Нельзя!», «Опасно!», «Обожжешься!»***

***Ребенок тревожный, ему все страшно. Во всех новых ситуациях он озирается на маму: «Можно ли поиграть с другими? Можно ли погладить кошку?» Боится горку, дорогу.***

***НАДО***

***Взрослый: «Держись крепко», «Палка острая!», «Здесь мы пройдем за руку!», «Что нам придумать, чтобы ты понял, что здесь выезжают машины?», «Плита горячая».***

***И ребенок сам выбирает безопасный способ поведения.***

**План действия, если ребенок начал обманывать**

1. **Оцените ситуацию**

**Подумайте, что заставило ребенка врать. Чаще всего это страх наказания, невозможность законно преодолевать запрет, сокрытие вины, желание получить что-то, что так просто ему бы не досталось – возможно, похвалу, внимание**

1. **Подумайте, как изменить ситуацию**

**Обдумайте на будущее: можно ли что-то изменить, чтобы ему не приходилось это делать. Возможно, ребенок уже перерос запрет или ваша реакция – слишком тяжелая для него. Может быть, ему не хватает вашей поддержки или он не справляется с нагрузками. Иногда ложь ребенка – сигнал о необходимости что-то изменить.**

1. **Не обвиняйте**

**С помощью обвинений вы не добьетесь того, что ребенок изменит свое поведение. Может, он и признается под давлением, но это не научит его честности, а, скорее всего, стимулирует находить способы обманывать более умело.**

***НАПРИМЕР***

***Разорванная книга на полу***

***ВМЕСТО***

***Мама: «Ты порвал книгу! Мы ее только что купили!»***

***Ребенок: «Нет! Это не я! Она сама!»***

***Взрослый злится, а ребенок сильнее отпирается и думает, что в следующий раз вообще ее выкинет.***

***НАДО***

***Мама: « О, книга порвана… Хмм… Что делать?»***

***Поднимает и рассматривает книгу.***

***Мама: «Думаю, ты не хотел ее порвать…»***

***Ребенок: «Да! Я просто потянул вот тут… давай заклеим».***

1. **Помогайте расти над собой**

**Чтобы ребенок не врал, надо не наказывать его, а помогать двигаться к следующей стадии морального развития: когда он сможет признавать вину, даже если удобнее соврать.**

***НАПРИМЕР***

***Дети ссорятся. Дочь: «Мама, Паша меня ударил!»***

***ВМЕСТО***

***Мама: « Паша! Ты что! Нельзя!»***

***Сын: «Да не бил я ее! Дура! Мама она врет!»***

***Дочь: «Он сам врет! Мама!»***

***Оба ребенка: «Ненавижу! Я тебе покажу!»***

***НАДО***

***Мама: «О-о, бедняжка, иди сюда, я тебя пожалею. Где болит? Как же тебя утешить? – гладит ребенка.***

***Сын («жалка ее»): Слушай, прости… Я просто толкнул ее, я не хотел, чтобы было больно. Давай играть».***

***Мама: «Вижу, Паша хочет тебя утешить. Это мне нравится. В следующий раз, когда будете играть, будьте осторожны».***

1. **Используйте игру или юмор**

**Если вы слишком разозлены и способны творчески подойти к делу, используйте игру или юмор. Скажите: «Ваза обзавелась ножками», «Опять этот хулиганский человек – невидимка ломает наши вещи!»**

1. **Сами будьте честными**

**Выполняйте обещания: если обещали что-то ребенку – надо выполнить, если не вышло – нужно попросить у ребенка прощение. Не оправдывайтесь, а извинитесь, как извинились бы перед взрослым, которого уважаете. Подумайте, не оказывается ли ваш ребенку свидетелем прямой и «вежливой» взрослой лжи: недоговаривания, лести манипуляций.**

1. **Не паникуйте**

**Помните: ничего страшного не происходит. Ложь – показатель развития когнитивных способностей. Все дети проходят этот этап.**

1. **Не торопите**

**Никогда не настаивайте, чтобы ребенок признался «прямо сейчас». Даже если вы заставляете его это сделать, он станет лживее, а не честнее.**

***РЕАГИРУЙТЕ НА ЛОЖЬ ПРАВИЛЬНО***

***- Опишите очевидные вещи. «Ваза разбита», «игрушка сломана», « я вижу синяк у твоей сестры», « в комнате бардак, а все дети говорят: это нем я».***

***- Опишите свои чувства: «Я злюсь, когда мои вещи портят», «мне жалко Свету», «я не хочу это все убирать».***

***- Признайте чувства: « Ты злишься», «думаю страшно злишься, что испортил чужую вещь», «сложно устоять перед новой игрушкой». Выслушайте, что скажет ребенок.***

***- Дайте ребенку план. «В следующий раз, если тебе захочется играть в мяч, скажи мне, и мы придумаем, как это сделать, чтобы вещи не пострадали»; «Если игрушка, которую ты взял, сломалась, надо сказать мне, будем ее спасать». Составьте план и для себя, например: «Я уберу отсюда все хрупкое, дети тут часто играют», «В следующий раз я спрячу это получше».***

***- Помогите ребенку понять, как исправить содеянное. « Нам все равно надо привести комнату в порядок»; «Надо придумать, как утешить Свету».***

***НАПРИМЕР***

***ВМЕСТО***

***Мама: «Ты что-о-о?! Нельзя!»***

***Ребенок: «Это не я! Это собака!»***

***НАДО***

***Мама: «Конфет нет. А они были на всех. В следующий раз, когда так захочешь сладкого, скажи мне».***

***И думает: «А я в следующий раз не буду оставлять все конфеты на виду».***

**ПЛАН ДЕЙСТВИЙ, ЧТОБЫ ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА К ПОРЯДКУ**

1. **Просите помочь**

**Как можно раньше привлекайте ребенка к уборке. Дети любят повторять действия взрослых. Разрешайте попробовать в деле «клининговые средства»: тряпочки, спреи, пылесос.Давайте ребенку посильные поручения: «Помоги мне сложить вот это», «Возьмешься сложить все на этой полке?»**

1. **Хвалите ребенка**

**Используйте описательную похвалу. Как только вы увидели, что ребенок что-то сделал для порядка, сразу озвучьте его действия, и при этом выражайте радость. Например, скажите: « Ты отнес свою тарелку, как хорошо!», « Я вижу, вы уже так много игрушек расставили по местам!», «Кто-то сложил книг8и на полку, ура!»**

1. **Предложите выбор**

**Когда вы призываете ребенка к уборке, предложите ему выбрать из альтернатив. Например, спросите: «Тут надо убраться. Ты начнешь с пазлов или сначала уберешь у себя на столе?», «Разделим территорию для уборки или вместе уберем всю квартиру?»**

1. **Говорите о прогрессе**

**Пока уборка не закончена, подчеркните прогресс, а не недостаток действий ребенка. Скажите ему: « Я вижу, краски уже убраны», « Ого, куртки уже на местах».**

1. **Говорите кратко**

**Укажите на то, что надо брать, немногословно – желательно одним словом или словосочетанием. Скажите: «Ботинки!» вместо « Убери ботинки, они стоят на проходе, это мешает», « Пластилин на столе!» вместо « Как же ты так лепил, все вымазано».**

1. **Выразите радость**

**Выражайте свое удовольствие от чистоты. Скажите, как рады видеть убранную комнату, как вам нравится трудолюбие ребенка.**

1. **Соревнуйтесь**

**Устройте соревнование. Скажите: « Спорим, я быстрее уберу со стола на кухне, чем ты сложишь это в коробку?»**

1. **Создайте «напоминалки»**

**Используйте объявления, указатели, записки ребенку. Они будут призывать к уборке или напоминать о правилах чистоплотности и о том, в каких местах должны храниться вещи. Рисуйте и пишите их, даже если ребенок еще не умеет читать.**

***НАПРИМЕР***

***В детской разбросаны карандаши и альбомы.***

***ВМЕСТО***

***Мама: «Убирай сейчас же!», «Что тут такое?!», «Я сейчас это выкину!»***

***Ребенок: «Мам, я потом…», «Не хочу!», «Отстань!», «Ну и выкидывай!», «Сама убирай!»***

***Результат: ребенок не привыкает убирать за собой***

***НАДО***

***Мама: « Я вижу карандаши на полу». Ребенок тоже видит и начинает поднимать.***

***Мама (описательная похвала): «О, ты убираешь их на место! И этот заметил!***

***Или:***

***Мама указывает на объявление над столом, там нарисованы карандаши в подставке.***

***Ребенок: «А, да, убрать» - убирает.***

***Или:***

***Мама: « Спорим, вам ни за что это не убрать за то время, что я буду считать до 20. Раз, два,…»***

1. **Подскажите образец поведения**

**Не полагайтесь на устрашение или контроль, лучше предложите ребенку понятный образец поведения. Подсказывайте ему, как бы вы хотели, чтобы он себя повел. Например, скажите: «Ты пролил воду. Помнишь где тряпка?» вместо « Убирай сейчас же!», « Я уверена, ты сможешь убрать детали конструктора с пола до того, как придет папа» вместо « Не уберешь – без планшета до завтра»**

1. **Используйте элемент игры**

**Призовите к уборке голосом сказочного героя или вымышленного персонажа: «Я царевна Несмеяна, и я сейчас наплачу тут целое озеро, тут так грязно!». Заговорите голосом « злорадного персонажа», который считает, что ребенку ни за что не убрать раскиданные вещи. Попросите об уборке от имени ящика с игрушками или целой комнаты: «Мне так надоело, что никто не видит, какая я красивая! Я вся в грязи! Мне нужен ребенок, который уберется тут!»**

1. **Возьмите игрушки «в плен»**

**Заведите «тюрьму» для игрушек, если вас беспокоят игрушки по всему дому. Скажите ребенку: « На кухне тюрьма для игрушек. У тебя есть совсеа немножко времени, чтобы спасти их, иначе стража продержит их там до утра».**

***ЗАПОМНИТЕ***

***ВМЕСТО***

***Взрослый: «Что так грязно?», «Убирай сейчас же!», «Да к тебе не войти!», «Почему опять бардак?»***

***НАДО***

***Взрослый: «Ого, да тут нужна уборка», « Я вижу игрушки по всей комнате», « Игрушки!», «Эй, посмотри-ка на объявление»***

***И – объявление « Хочу жить в чистоте», которое» держит» в лапах плюшевый медведь.***

**ПЛАН ДЕЙСТВИЯ, ЧТОБЫ ДЕТИ НЕ ССОРИЛИСЬ**

1. **Признайте чувства**

**Оцените ситуацию и озвучьте то, что, по вашему мнению, могут чувствовать дети. Произнесите это, выбирая формулировки, которые относятся к ситуации, а не к устойчивым качествам ребенка – « ты разозлен», а не « ты злой». Старайтесь сказать про каждого из детей. « Похоже, ты очень злишься на брата. А тебе очень обидно»; « Тебе страшно, когда кто-то так кричит. А ты хочешь защитить свои игрушки и не хочешь и никому давать»; « Я вижу, вам трудно поделить мяч, вас много, а он один».**

**НАПРИМЕР**

**Младший ребенок лезет к старшему. Старший: «Отвали! Сейчас получишь!»**

**ВМЕСТО**

**Мама: « Не лезь! А ты не ори на него!»**

**Дети только обижаются и «бушуют» сильнее. Младший опять лезет, старший уже бьет. Рев, крики взрослого.**

**Надо**

**Мама младшему ребенку: « Эй, смотри, Миша нормально сказал. Он не хочет сейчас играть».**

**Старший ребенок (думает): « Мама меня понимает. Я молодец!»**

**Мама продолжает: «Если ты соскучился, попроси его с тобой поиграть, когда он сможет».**

**Младший ребенок: «Да!» Обращается к старшему ребенку: « Поиграем?! »**

1. **Не переубеждайте детей**

**Если ребенок говорит о своей враждебности к другому ребенку, не переубеждайте его и не запрещайте высказываться – «нет, ты не любишь брата», « я не позволю тебе так говорить». Слова - это выход эмоции. Если нельзя поделиться эмоциями, враждебность только нарастает. Дайте детям высказаться.**

1. **Описывайте то, что видите**

**Скажите: « Я вижу два мальчика ужасно разозлены»; « Судя по крикам, вы не можете договориться», « Эй, у тебя в руке палка и ты направляешь ее на брата, это очень опасно ». Если один или оба ребенка злятся, но удерживаются от запрещенных действий, опишите происходящее положительно: « Даня пока действует цивилизованно, но я вижу, ему уже трудно сдерживаться».**

***НАПРИМЕР***

***Два мальчика играют в приставку. Вопли. Готова разгореться драка.***

***ВМЕСТО***

***Мама: « А ну, все ушли оттуда, все, я выключаю, вы наказаны!»***

***Дети: « Это все он, это все ты!»***

***Дальше – драка, рев.***

***НАДО***

***Мама с кухни: « Я слышу по вашим голосам, что вам уже не нравится играть».***

***Дети: « Нет, нет, нравится».***

***Примиряются.***

1. **Не навязывай роли**

**Не сравнивайте детей между собой, не навязывайте им роли словами «всегда», «никогда», «ты такой». Когда вы хотите сказать что-то об одном из детей, не упоминайте другого ребенка.**

1. **Озвучьте правило**

**Назовите правило кратко и твердо. Правило должно быть ясным и однозначным: « братьев не бьют», «это слово использовать нельзя», « в нашем доме чужие вещи не ломают».**

1. **Озвучьте свои ожидания**

**Скажите детям о своих ожиданиях. Вложите в свои слова подсказку, как детям нужно действовать.**

**Выражайте уверенность, что дети способны решить проблему и при этом учесть правило и собственные интересы. Скажите: «Я жду, что мои дети найдут другой способ договориться, не драку»; «Я забираю планшет и он будет лежать у меня, пока вы не и придумайте, как сделать так, чтобы не ссориться из-за того, кому он сейчас достанется»; «Надо разделить три куска мела на двоих. Я думаю, вы найдете какой-то выход».**

1. **Вспомните ситуацию успеха**

**Напомните о прошлом событии, когда дети смогли сотрудничать в сложной ситуации и помочь друг другу. Скажите: «Я помню, как ты подхватил Лену, когда она чуть не упала из коляски»**

ЖЕЛАЕМ КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ И ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ

Педагог-психолог ДОУ № 243

Мария Евгеньевна Кожевникова