

и самостоятельности, они легче принимают родительские ограничения.

Оранжевая зона. Такие действия ребенка, которые взрослые не приветствуют, но ввиду особых обстоятельств сейчас допускают.

- Исключения только подтверждают правила; не стоит бояться подобных исключений, если они действительно редки и оправданны.
- Дети бывают очень благодарны родителям за готовность пойти навстречу их особенной просьбе. Тогда они даже больше готовы соблюдать правила в обычных ситуациях.

Красная зона. Здесь находятся действия ребенка, неприемлемые ни при каких обстоятельствах. Это наши категорические "нельзя", из которых нами не делается исключений.

- Нельзя бить, щипать или кусать маму, играть с огнем, ломать вещи, обижать маленьких...
- Список этот «взрослеет» вместе с ребенком и подводит его к серьезным моральным нормам и социальным запретам.

Все зоны, вместе взятые, говорят нам, что правило правилу рознь, и что вполне возможно найти "золотую середину" между готовностью понимать и быть твердым, между гибкостью и непреклонностью в процессе воспитания дисциплины.

ТЕРПЕНИЯ ВАМ И МУДРОСТИ!





Проект
«Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому»
компании «Северсталь»

Серия
«В помощь родителю»

Составитель:
доцент кафедры психологии и педагогики
Вологодского государственного университета,
кандидат психологических наук
Вадурина Елена Николаевна.

Проект осуществляет свою деятельность
на базе БУ СО ВО «Территориальный центр
социальной помощи семье и детям»
г. Вологда, ул. Энгельса, д. 61


Руководитель проекта:
Кондакова
Светлана Григорьевна


8 (8172) 54-41-43
+7 (921) 149-49-75


fakultet35@mail.ru
<https://родителям35.рф> и дорога-к-дому.рф



Дорога к дому

Северсталь

ПРАВИЛА В ЖИЗНИ РЕБЕНКА

Проект «Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому» компании «Северсталь»

Серия «В помощь родителю»



Уважаемые родители, предлагаем информацию о том, как и какие правила вводить в жизнь ребенка, чтобы они работали.

Правило – это установленные родителями нормы, которые регулируют разные аспекты жизнедеятельности ребенка: его поведение дома, в школе, с друзьями, его круг обязанностей и отношения с другими людьми.

1. Наличие правил в жизни ребенка является важным условием его полноценного развития.

- Существование правил помогает организовать поведение ребенка, сделать его более упорядоченным, а мир более предсказуемым.
- Когда ребенок приобрел опыт согласования своего поведения с правилами еще дома, тогда ему будет легче принять правила, которые существуют в других местах.

2. Правил не должно быть слишком много.

- Если правил становится много, то ребенок просто не сможет их все запомнить, а соответственно не сможет выполнять.
- Поначалу, когда ребенок только учиться следовать правилу, их может быть 2-3. Тогда больше вероятность, что ребенок сможет их запомнить, усвоить и следовать им.
- Постепенно по мере освоения правил можно будет добавлять новые, так как часть старых правил станут просто естественным поведением или привычкой.

3. Важно чтобы правила не вступали в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

- Бесполезно требовать у ребенка выполнение того, что противоречит его естественным потребностям. Например, если вы вводите правило, что все в семье едят по расписанию, то это расписание должно быть по времени приближено к тем периодам в еде у ребенка, которые соответствуют времени, чтобы ребенок смог проголодаться и захотеть есть.

4. Правила необходимо согласовать взрослым между собой.

- Рекомендуется, прежде чем вводить правила для детей, обсудить родителям и другим взрослым, которые участвуют в воспитании ребенка, их между собой.

- Если правила у родителей окажутся разными, то может случиться путаница. Ребенок тогда может не понимать, какие правила соблюдать, если родители требуют разное, или научиться манипулировать родителями.

5. При введении правил необходимо пояснить ребенку, зачем они нужны.

- Необходимо пояснить ребенку целесообразность правил на доступном ему языке и с использованием примеров. Это создает для ребенка понимание, что правила — это не прихоть родителей, что они важны, так как обеспечивают безопасность или здоровье.

6. Чем ребенок младше, тем более правила должны быть представлены каким-либо наглядным образом.

- Для этого можно использовать картинки, рисунки, наклейки и т.п.
- Правила можно зарисовать вместе с ребенком в виде понятных ребенку картинок. И обращаться к ним по мере необходимости.

7. Количество правил и их формулировку следует соотносить с возрастом ребенка.

- Чем младше возраст ребенка, тем правила рекомендуется делать более конкретными, чтобы они были понятны ребенку.
- Для подростка не стоит формулировать те правила, которые он уже и так выполняет, кроме того их может быть уже больше.

8. Желательно, чтобы правила выполнялись всеми членами семьи (где это возможно).

- На детей всегда большее воздействие имеет пример взрослого. Когда они видят, что взрослый тоже соблюдает эти правила, тогда они выражают меньше сопротивление правилам.

9. При несоблюдении правил наступают последствия.

- Хорошо, если последствия у правил вытекают из самих правил. Тогда они легче принимаются ребенком. Например, если ребенок намусорил в комнате, то он сам убирает этот мусор.
- Ребенок должен знать о последствиях за несоблюдение правил заранее, чтобы он был уже к этому готов. Тогда эти последствия меньше оцениваются ребенком как обидное наказание, а скорее воспринимаются как восстановление ущерба или исправление ошибок.

- Родителям очень важно выполнять те последствия, которые они проговорили. Так как если ребенок увидит, что они не выполняются, то через некоторое время он начнет игнорировать и сами правила.

10. Некоторые правила могут быть гибкими.

МЕТОД РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ОГРАНИЧЕНИЙ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА (АВТОР - Ю.Б.ГИППЕНРЕЙТЕР)

Делим все поле, регламентирующее поведение ребенка, на четыре зоны. Обозначаем их цветом: зеленая, желтая, оранжевая, красная.

Зеленая зона. Помещаем все, что ребенку разрешается по его собственному усмотрению или желанию.

- Например, в какие игрушки играть, когда сесть за уроки, в какой кружок записаться, с кем дружить...

Желтая зона. Относительная свобода находится в желтой зоне.

- Ребенку разрешается действовать по собственному выбору, но в пределах определенных границ и при условии соблюдения некоторых правил.
- Например, можно сесть за уроки, когда хочешь, но закончить работу к восьми вечера. Можно гулять в своем дворе, но дальше не уходить.
- Эта зона важна, т.к. именно здесь ребенок приучается к внутренней дисциплине по механизму извне – внутрь.
- Родитель на первых порах помогает ребенку учиться контролировать себя как раз с помощью норм и правил, которые установлены в семье.
- Постепенно, привыкая к этим правилам, ребенок следует им без особого напряжения.
- Постарайтесь в каждом случае спокойно (но коротко!) объяснить, чем вызвано ваше требование. При этом обязательно подчеркните, что именно остается ребенку для его свободного выбора.
- Когда дети чувствуют уважение к их чувству свободы