

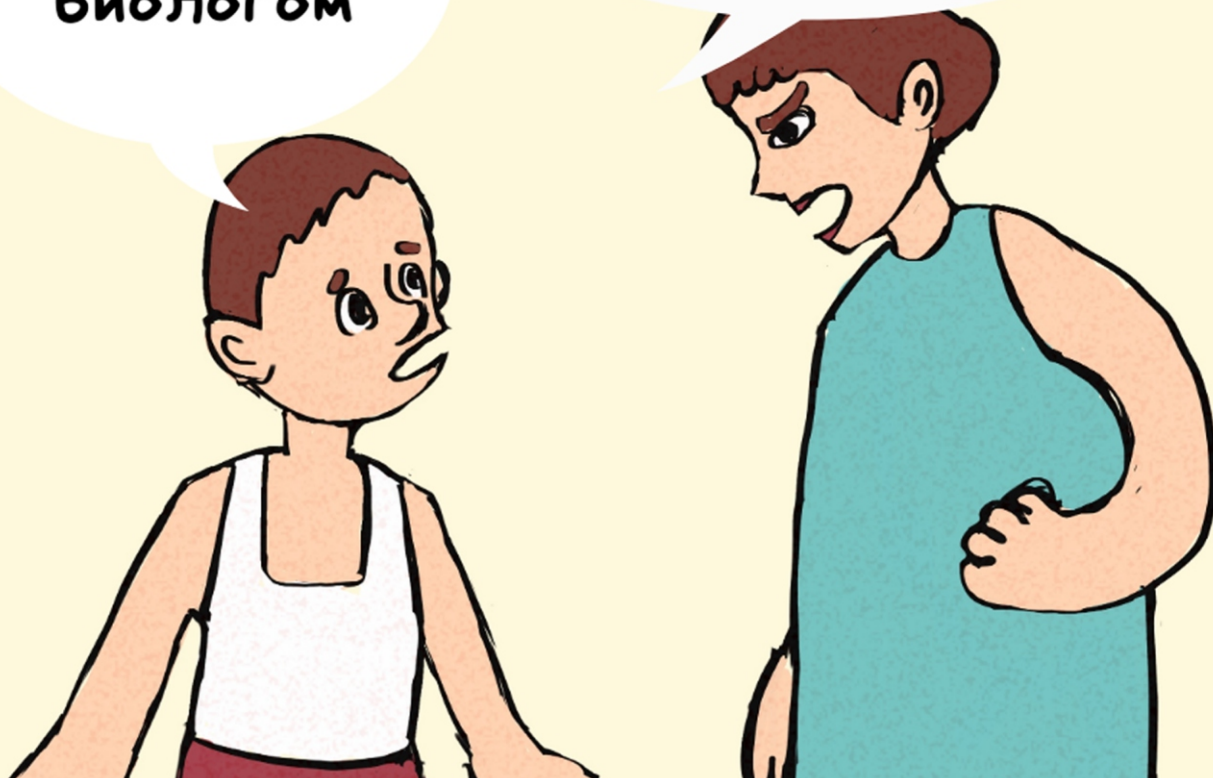


7 ОШИБОК СОВРЕМЕННЫХ РОДИТЕЛЕЙ

почему советы психологов не работают

мама,
я хочу быть
биологом

хорошо! но где ты видел
биологов без музыкального
образования!? учи ноты!



Просто и с юмором о важных вещах



ЗАЧЕМ ЧИТАТЬ ЭТУ КНИГУ?

**Вы устали от конфликтов в семье
и постоянного контроля ребёнка?**

Переживаете за его будущее, а дома хочется отдохнуть и расслабиться, зарядиться энергией от общения с домашними, вместо того, чтобы постоянно заниматься воспитанием...



В поисках решения этих проблем вы читаете статьи психологов, а их рекомендации почему-то не работают. И уже кажется, что это «плохие советы» или у вас просто «особенный случай». Знакомая ситуация?

Почему так происходит?

Дело в том, что самые лучшие советы вряд ли помогут, если не научиться правильно их использовать...

По нашему опыту, многие родители ищут «кнопку» у ребёнка, пытаются понять, что с ним не так, и как это исправить.

Если вы испробовали многие методы воспитания, а результата нет, мы предлагаем взглянуть на ситуацию по-другому:

Изменить свое поведение и посмотреть, как изменится поведение ребёнка и ваши отношения.

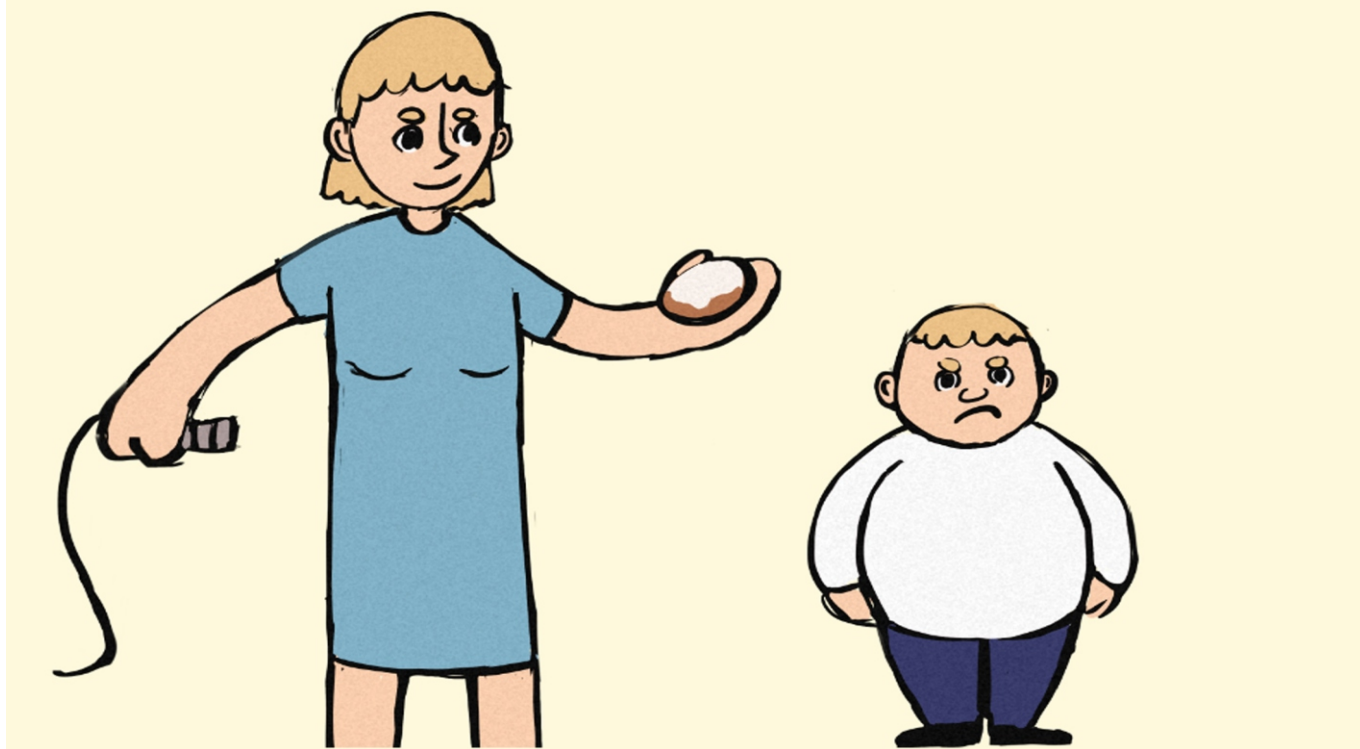
Поверьте, изменения обязательно будут!

В этой книге мы расскажем об ошибках, которые часто совершают современные родители, искренне любя своих детей и желая только добра. А в итоге получают плохие отношения с ребёнком и непонимание в семье.

Чтобы исправить ошибку главное – её увидеть.

В книгу мы добавили забавные иллюстрации, чтобы было интересно читать и легко понимать написанное.

если использовать в воспитании метод "кну́та и пряника", то у вас будет расти толстый и побитый ребёнок.



Желаем Вам приятного и полезного чтения!
Команда тренинг-центра К.О.Т.



ВЫ ДАЁТЕ СЛИШКОМ МНОГО

Вы даёте ему все необходимое, чтобы он вырос всесторонне развитым человеком: у него много вещей, хорошие репетиторы, кружки и развлечения. И вдруг получается, что ОН ничего не хочет.



ПОЧЕМУ ТАК?

Дело в том, что желание наступает от дефицита, а переизбыток даёт только отвращение, апатию и нежелание что-либо делать.

сын, хочу чтобы ты вырос и стал инженером, с музыкальным образованием и разобрался в живописи.



мне некогда расти, у меня кружки и секции





ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. **Снизьте интенсивность.** Если совсем плохо – ребёнок реально ничего не хочет, то есть явно и откровенно не выражает своего желания – остановитесь вообще (школу, конечно, оставляем). А вот все остальное – сюрпризы, развлечения, дополнительные занятия – убираем. Поверьте, ничего страшного не произойдёт.
2. **Выдержать паузу.** Наша задача – выждать время и разбудить желания.
3. **Внимательно слушать желания и ждать, когда проснётся настоящее Я ХОЧУ.**



ВЫ ДАЁТЕ СОВСЕМ НЕ ТО

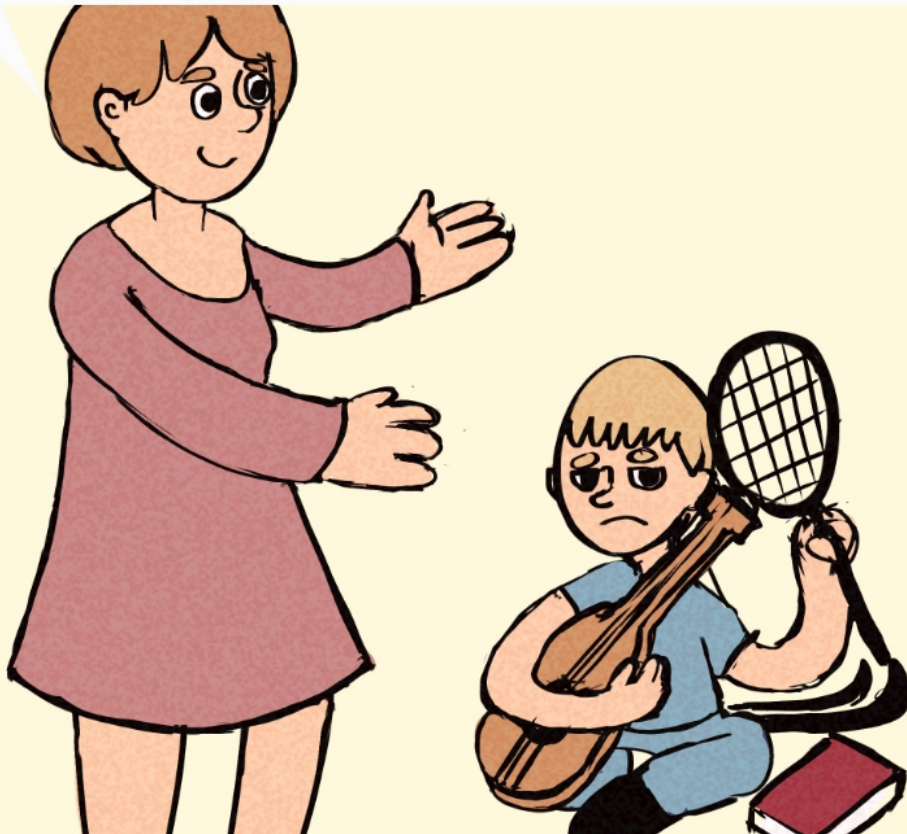
Например, ребёнок “должен” заниматься спортом. А он НЕ ХОЧЕТ. Вы заставляете и не слышите, что он НЕ ХОЧЕТ - он сопротивляется. Вы тратите энергию на то, чтобы заставить, он - на то, чтобы не делать.



ПОЧЕМУ ТАК?

У любого НЕ ХОЧУ есть причина. Если говорить про дополнительные занятия, причиной может быть преподаватель, группа детей и отношения с ними, общее плохое самочувствие (устаёт сильно), не получается или не понимает чего-то. Даже «не та» музыка на танцах, неудобные раздевалки - возможная причина отсутствия желания посещать секцию. Ещё много вариантов. А возможно, это занятие просто не нравится. И всё.

сын, хватит отдыхать! подумай о будущем! тебе нужно успеть реализовать свой потенциал.... и мой.... и палы!



ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Искать причину. Спокойно расспрашивайте ребёнка о причинах «НЕ ХОЧУ». При этом важно не заставлять: «Я сказала пойдёшь и на этом закончили», и не отрицать его чувства: «Да не сложно проплыть эти бассейны на тренировке! Ты же сто раз это делал. Да ты просто ленишься!».

2. **Дать понять, что Вы слышите и понимаете его.** Сообщите ребёнку, что вы правда понимаете его, что не хочется. Скажите, что у вас тоже бывают случаи, когда совсем не хочется что-то делать.

3. **Запасть терпением.** Не всегда разговор сложится с первого раза, но начинать нужно.

4. **Говорить.** Попробуйте побеседовать и наконец найти причину. Именно по-дружески, пообщаться “по душам”

5. **Постараться решить вопрос.** Но не своими силами, а максимально привлекая к решению ребёнка. Узнайте его мнение, как можно выйти из ситуации. Не играйте в игру “Я предлагаю, ты отказываешься. Вы быстро устанете, и получите очередной конфликт. Спросите у него.

6. **Принять выбор ребёнка.** В случае, если реальной причины нет, и ребёнку просто не нравится, а это тоже вполне реальная причина, согласитесь с его выбором, и ищите занятие ребёнку по душе.



ВЫ НЕ СЛУШАЕТЕ - КОНТРОЛЬ ВМЕСТО ОБЩЕНИЯ

Вы задаёте вопросы с целью контроля, и потому что тревожитесь за ребёнка, а не от интереса. Здесь имеет значение и тон, и смысл вопросов.



ПОЧЕМУ ТАК?

Переживаете, нет времени на глубокое общение, или не знаете о чём поговорить - возможных причин много. А итог - “Как дела в школе?” ,”Что ты ел?”, “Сделал уроки ?” Подумайте, вам было бы приятно общаться с тем, кто постоянно Вас контролирует?



ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Выделить время для «свободного общения». Учиться просто говорить, делиться мыслями и идеями. Общаться, не выдавать «резюме» и ничего не проверять.
2. Не извлекать мораль из каждого случая. Вы бы знали как это раздражает детей, да и взрослых, на самом деле, тоже.
3. Просто говорить. Рассказывать случаи из своей жизни и слушать истории ребёнка.



ВЫ «РЕШАЕТЕ» ПРОБЛЕМЫ

Когда ребёнок делится чем-то тревожным, говорит о проблеме, вы сразу стремитесь «решить» вопрос. Настойчиво предлагаете варианты выхода из ситуации или начинаете «слишком много» переживать. Потом, конечно, контролировать и активно интересоваться развитием событий. А ребёнку это не нравится, он обижается, раздражается и замыкается. Да ещё и советам не следует!



ПОЧЕМУ ТАК?

А что, если ваши варианты не подходят ребёнку? Например, сын рассказал отцу, что его ударили. Папа настойчиво советует логичное для него, отца, решение: «Подойди и дай сдачи!» А ребёнок не может. В силу особенностей характера, физических способностей или ещё чего-то. Например, ему очень страшно.

То есть вариант решения проблемы не подходит

Родитель уверен, что проблема решена, и теперь он начинает контролировать процесс: «Ну что, разобрался с обидчиком, дал сдачи? А почему нет?!»

В итоге получается так: ребёнок не получил поддержку, и родитель сказал, что он не такой, каким должен быть, ничего не может, хотя ему дали чёткую инструкцию по решению проблемы. Дальше - отношения с родителями стали хуже, да и с уверенностью в себе начались проблемы.





ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Научится принимать ребёнка. Понимать, какой он на самом деле. Он - не вы.
2. Слушать. Если он рассказывает о проблеме, то просто выслушаете.
3. Спросить о чувствах. Узнайте, какие чувства он испытывал в этой ситуации и почему, примите эти чувства.
4. Узнать его мнение. Уточните, как видит выход из этой ситуации он сам.
5. Дать совет, если спросит. Предложите варианты и узнайте, готов ли ребёнок попробовать их использовать. Будьте готовы услышать “нет”.
6. Хвалить. Скажите, что он молодец и обнимите. Тогда у вашего чада будет желание делиться и говорить. Потому что поддержка и одобрение родителей очень важны.



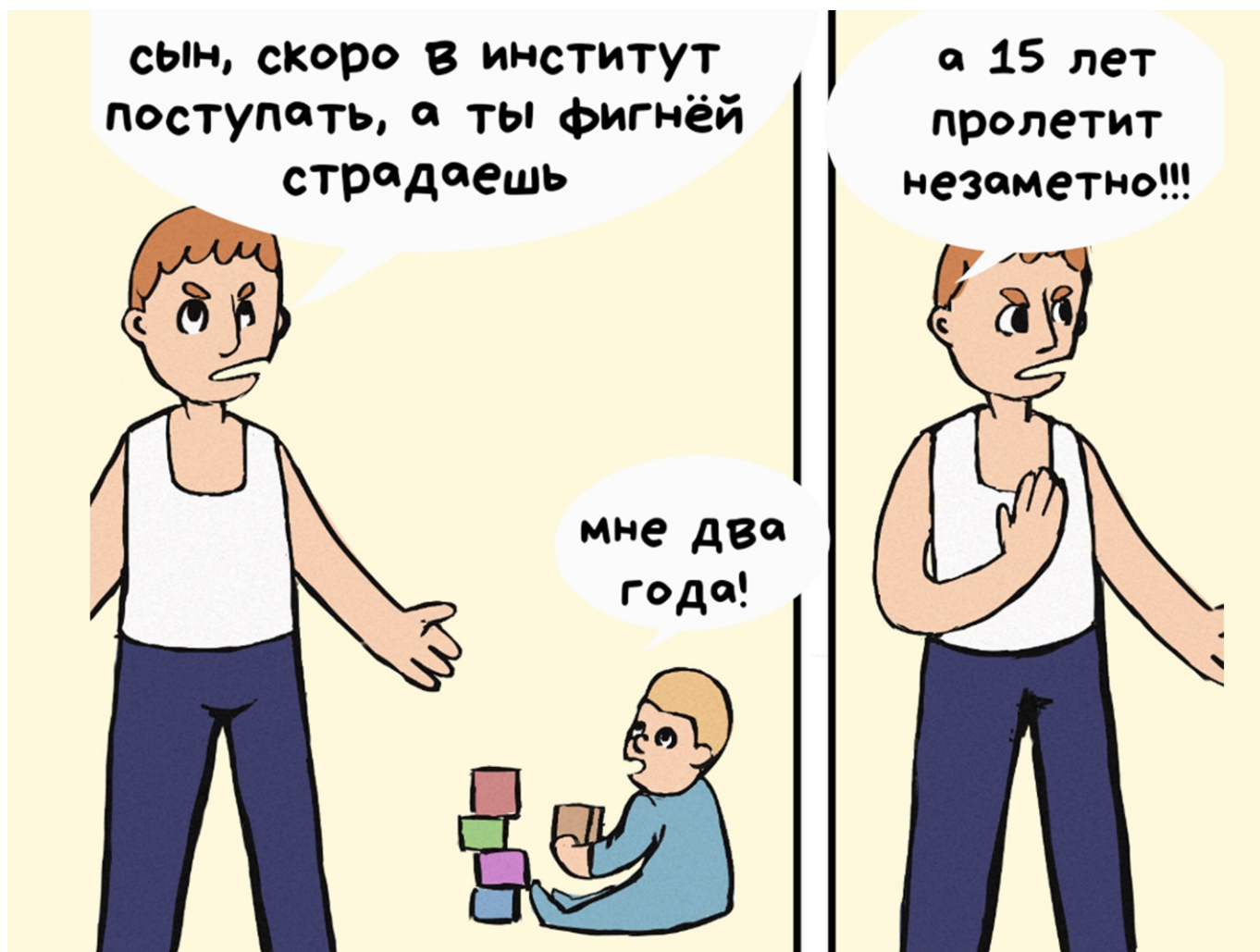
ВЫ ЖИВЁТЕ В БУДУЩЕМ

Переживаете о том, а как он будет учиться, при таком отношении к урокам, как добьется целей в жизни, если не может преодолеть эту мелочь. Думаете, об оценках, когда ребёнок делает успехи в хобби, и горюете о занятиях по музыке после его победы на соревнованиях. В итоге - Вы не получаете счастья сейчас, обесцениваете то, что есть сегодня и бежите в завтра. И не хвалите ребенка за его успехи.



ПОЧЕМУ ТАК?

Часто родители склонны делать «глобальные выводы»: «Раз сейчас ты не хочешь заниматься танцами, то всегда будешь уходить от трудностей!» Но подумайте, разве это так? Пропушенный один раз урок по математике на самом деле поставит крест на карьере экономиста, а отказ от занятий сделает сына или дочь слабовольными?



ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Помнить, что дети чаще всего живут сегодняшним днём! И это хороший навык, важно его не терять. Конечно, думать о будущем нужно, и показывать его ребёнку - тоже. Но не фиксироваться там. Признавать, видеть успехи, получать радость от сегодняшнего дня! Иначе все, что он делает хорошего сегодня - не замечается, а все плохое принимает катастрофические масштабы.

2. Показать, что ответственность и будущее интересны. Если вы не признаёте его успехи и только говорите о поступлении в ВУЗ, успешной карьере и т.д., у ребёнка возникает вопрос - зачем что-либо делать? Если будущее такое страшное и безрадостное, да ещё ответственности в нем целая куча. А задача родителей, напротив, показать как замечательно достигать успехов, учиться и жить.

3. Делать скидку на возраст. СЕГОДНЯ это ребёнок. Да, воспитывать волю к победе, учить ставить цели надо. Но дети, как и взрослые, имеют право на ошибку. Дайте им возможность учиться и расти.



ОБЕСЦЕНИВАНИЕ ИНТЕРЕСОВ РЕБЕНКА

Дети любят общаться с родителями. Но часто бывает так – ребёнок рассказывает про компьютерную игру, но родитель и слушать не хочет: «Игры – это плохо! Нечего сидеть в телефоне! Лучше почитай!»

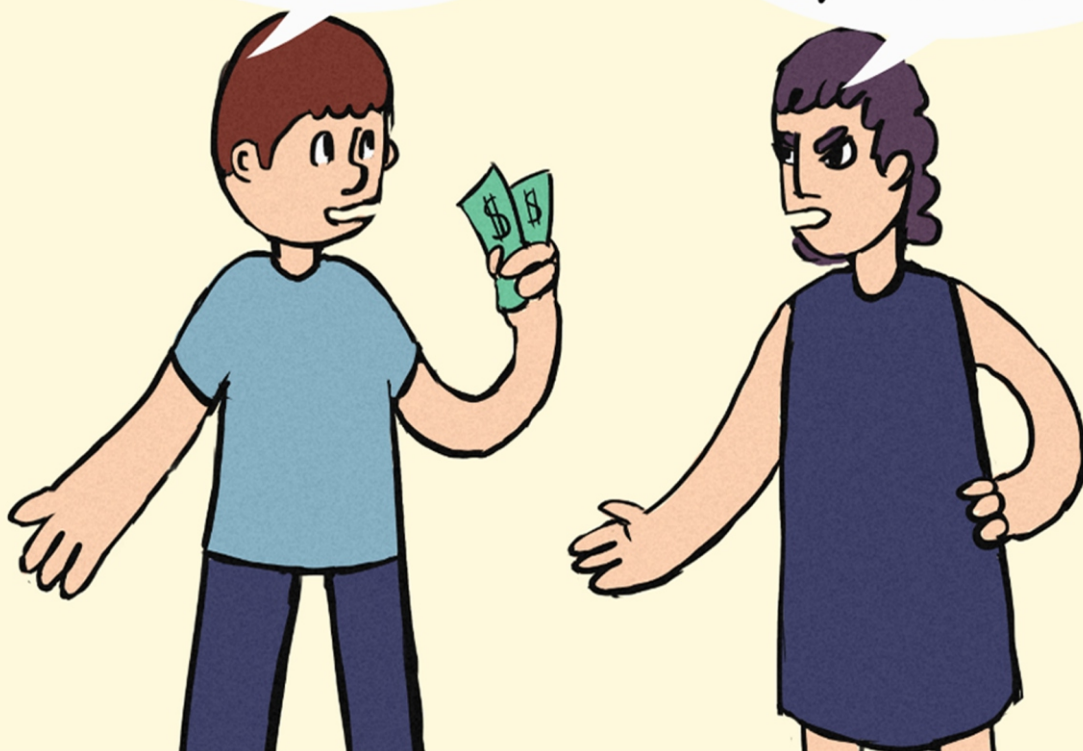


ПОЧЕМУ ТАК?

У взрослых есть четко сложившееся мнение, это – хорошо, а это – плохо. Часто получается, что ребёнку нельзя заниматься, чем он хочет, делиться этим и получать удовольствие. Потому что это заранее “не то”. Интересы ребёнка обесцениваются и отрицаются. И так не только с играми, любые хобби могут оказаться не угодны родителю. А представьте себе, что ваше хобби и увлечение, например, машинами или кулинарией, постоянно бы порицали и говорили, что это всё глупости? В таком случае ребёнок начинает скрывать своё увлечение, и прекращает чем-либо делиться. Ведь всё равно не поймут.

мама, я выиграл чемпионат по киберспорту! приз 1000\$

ну и что, по-твоему это профессия!? вот то ли дело учитель!



ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Учиться принимать интересы ребёнка. Да, учёба важна. Но свободное время позвольте ему использовать так как он хочет.

2. Проявлять искренний интерес к его занятиям. Так вы улучшите отношения между вами и узнаете много нового про своё чадо.

3. Наладить “тёплое общение”. Это - ваша возможность расширить круг интересов ребёнка, рассказать о своих увлечениях. Возможно, что -то ему понравится. А может быть и нет.

4. Позволить ребёнку быть собой. Он - особенная, самостоятельная и ни на кого не похожая личность.



ВЫ ВИДИТЕ ПЛОХОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Вы воспринимаете его как факт, и пытаетесь повлиять на плохое поведение. У вас не получается, вы злитесь на ребенка: “Ну как же можно так себя вести”! А потом переживаете за то, что злитесь и не можете научить его поступать правильно.



ПОЧЕМУ ТАК?

Важно помнить, что ребёнок ничего не делает просто так. Даже если сам не осознает причины своего поведения. А это бывает часто. Но всегда есть причина.

ну что ты вертишься,
как на иголках! сиди
ровно!



ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Увидеть причину. Ваша задача на пути к хорошим отношениям с ребенком – не изменить само поведение, а понять, что ребенок хочет сказать этим поведением.
2. Искать ответ на вопрос “Почему”. Разговаривайте, наблюдайте, и вы обязательно его найдете!
3. Влиять на причину, а не на поведение. Оно изменится как следствие.



МЫ РАССКАЗАЛИ ВАМ О НАИБОЛЕЕ ЧАСТЫХ ОШИБКАХ, КОТОРЫЕ СОВЕРШАЮТ РОДИТЕЛИ.

Что происходит результате этих ошибок?



Непонимание в семье



Отсутствие контакта с ребёнком



Снижение мотивации к учёбе, плохие оценки



Постоянные упрёки - я не такой родитель, у меня не такой ребёнок

Частая причина проблем в том, что родители стараются ИЗМЕНИТЬ РЕБЁНКА, а не увидеть причину его поведения.

Инструкция и первые шаги к созданию хороших отношений в семье в этой книге

Самое ценное, что есть здесь - возможность увидеть ошибки и начать вести себя по-другому. А как следствие - изменится и поведение вашего ребёнка. Только не ждите, что это произойдет «завтра». На всё нужно время. Запаситесь терпением и действуйте - результат обрадует Вас и всю Вашу семью!

**С заботой о Вас и будущем Вашего ребёнка,
Команда центра развития детей и молодёжи К.О.Т.**



ЦЕНТР РАЗВИТИЯ
ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ



☎ 8 495 135 15 45 📷 @treningkot 🌐 TREN-KOT.RU

ПОДАРКИ ОТ ЦЕНТРА К.О.Т.

✔ Скидка 2200 рублей на любой курс в нашем центре по промокоду «2200 КУРС»!

✔ Скидка 1000 рублей на консультацию психолога по промокоду «1000 ПСИХОЛОГ»

В центре К.О.Т. вы всегда найдёте ответы на вопросы:

Как помочь ребёнку лучше учиться, стать увереннее и научить его лучше общаться

Как выбрать для него будущую профессию и найти полезное хобби
