

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНКА «НЕ ОТОРВАТЬ» ОТ ТЕЛЕВИЗОРА

Иногда полуторагодовалые-двухлетние дети могут часами просиживать у телевизора. Их привлекает, завораживает движение, мелькание на экране, они с удовольствием узнают уже знакомых героев сказок и даже взрослых сериалов. Многие родители тревожатся по этому поводу, приходят на прием к психологам за советом, что же делать, чтобы отучить малыша от этой «пагубной» привычки.

Конечно, бесконечное сидение у телевизора может отрицательно сказаться на здоровье ребенка, на его поведении, на взаимоотношениях в семье. Специалисты утверждают, например, что немало семей распадается оттого, что семейный ужин, который еще недавно был символом семейного счастья, с появлением телевизора превратился в «кинозал».

Отсутствие общих тем для разговора, глухое недовольство тем, что включили не тот канал, не тот фильм, не ту передачу, — все это отнюдь не способствует укреплению семейных уз.

Однако периодические просмотры телевизионных передач не могут принести так уж много вреда. Если родители заранее просматривают телевизионную программу, выбирают для ребенка подходящие передачи, а главное, во время просмотра находятся рядом с малышом, телевизор может стать источником интересной информации и дальнейших контактов с родителями. Может быть, после просмотра передачи родители и ребенок вместе прочитают книгу по данной теме, сходят на экскурсию, смастерят поделку (например, любимого героя телевизионной передачи).

Если же ребенок один часами смотрит телевизор, взрослые могут ограничить время просмотра: твердо сказать ребенку, что он будет смотреть только один (или два) мультфильма в день. Причем пусть ребенок сам выберет, что именно он будет смотреть.

Если же малыш сопротивляется, не соглашается на ваши условия, а продолжает капризничать и требовать включения телевизора, предложите ему выбор: смотреть передачу или поиграть с папой в футбол (погулять с бабушкой, с братом, вымыть с мамой посуду, поиграть всей семьей в лото).

Контакты с окружающими людьми гораздо важнее для ребенка раннего возраста, чем «чудеса голубого экрана». Поэтому, как правило, малыш с радостью отказывается от телевизионной передачи и живо откликается на предложение побыть вместе с мамой, с папой, конечно, только в том случае, если в семье царит положительная эмоциональная обстановка и налажен контакт с ребенком. Тогда, если ребенок сознательно сделает выбор, общение с родителями и другими близкими людьми принесет ему много счастливых минут и часов.

ИТАК, если ребенка не «оторвать» от телевизора:

- Заранее познакомьтесь с телевизионной программой.
- Выберите подходящие для ребенка передачи. Смотрите передачи вместе с малышом. Объясняйте и обсуждайте увиденное.
- Ограничьте время просмотра и количество передач.
- Предложите выбор: смотреть телевизор или поиграть в увлекательную игру с родителями.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ЖЕЛАЕТ ДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ ИГРУШКАМИ

Ребенок от года до полутора лет может еще не понимать и не помнить правил поведения в группе детей, поэтому взрослые прежде всего должны научить его, как следует общаться, взаимодействовать с окружающими, причем в этот возрастной период необходимо последовательно вводить определенные границы дозволенного и неукоснительно контролировать их выполнение.

Однако, общаясь с ребенком раннего возраста, необходимо учитывать его возможности. Ребенок двух лет не способен делиться своими игрушками искренне. Е. О. Смирнова считает, что дети этого возраста — собственники по своей природе. Если кто-то покушается на его игрушку, ребенок воспринимает это как угрозу собственной безопасности, как покушение на его личностное пространство. Можно, конечно, придумать некоторые «уловки», которые помогут урегулировать вспыхнувший конфликт на детской площадке. Например, попросите ребенка отдать игрушку — причину раздора — вам в руки, и тогда вы сами дадите ее поиграть другому малышу (но этот способ предполагает взаимодействие ребенка со взрослым, а не общение двух детей). Конечно же, взрослые не должны обвинять ребенка в жадности, так как это приведет только к формированию чувства вины. Главное — научить ребенка способам выхода из сложной ситуации, научить выслушивать просьбы другого, выражать свои собственные чувства и желания словами, а не криком и кулаками. Примерно к трем годам ребенок уже может научиться делиться своими игрушками с детьми. Однако нужно помнить, что этот навык взаимодействия не появится сам по себе, без предварительных разъяснений взрослого, что такое «свои» и «чужие» вещи.

В качестве профилактики появления такого поведения, когда ребенок не хочет давать свои игрушки другим детям, можно обращать внимание ребенка на состояние того малыша, которому очень хочется поиграть в игрушку. Желательно описать, что он может чувствовать. Можно спросить, хотелось ли когда-то вашему ребенку чужую игрушку.

Если же конфликт уже разгорелся, если из-за игрушки возникла ссора, взрослый должен отреагировать тут же. Можно предложить детям поменяться игрушками. Можно организовать совместную игру. Предложите детям «озвучить» проблему, то есть сказать словами, чего они хотят и чего не хотят. Отвлеките малышей, если это необходимо, например, выньте из сумки какой-то яркий предмет, книжку и т. д. или просто начните говорить необычно тихим или «необыкновенным» голосом. Используйте шутку.

Старайтесь не стыдить того ребенка, который не хочет поделиться своей игрушкой. Примерно с двух лет у детей формируется чувство собственности. Они вправе не понимать, почему должны отдать, например, машинку, в которую самим хочется поиграть. Если же вы знаете о том, что малыш не склонен делиться игрушками, старайтесь не брать с собой на детскую площадку яркие, привлекательные для всех малышей машинки, куклы. Не провоцируйте конфликт. Подождите, пока ребенок сможет понять вас и научиться взаимодействовать с другими детьми.

ИТАК, если ребенок не хочет делиться своими игрушками с другими детьми:

- Объясните ребенку, почему он должен это делать.
- Научите его выражать свои ожидания, протесты словами, а не криками.
- Отвлеките детей. Организуйте совместную игру. Используйте шутку. Не стыдите ребенка.
- Не провоцируйте конфликт, не берите с собой на прогулку необычные яркие, привлекательные игрушки.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ВПАДАЕТ В ИСТЕРИКУ

Детям раннего возраста иногда свойственны припадки ярости, во время которых они падают на пол, бьют по полу руками и ногами, кричат, колотят окружающих. Чаще всего такое поведение возникает в ответ на запрет взрослых (нельзя брать какую-нибудь вещь, нельзя играть в луже) или на отказ купить игрушку, шоколадку. Иногда подобная вспышка может стать следствием конфликта со сверстниками. Например, если кто-то из детей отбирает у ребенка игрушку, а он не знает, что сделать в этой ситуации, как привлечь внимание взрослых, как выразить свою обиду.

В таких случаях рекомендуются следующие тактики. Если истерика началась в ответ на отказ или запрет взрослого, родители не должны тут же отменять свое решение, лучше твердо сказать «нет» (конечно, в том случае, если запрет является действительно необходимым). Не рекомендуется в момент ярости поднимать ребенка с пола и насильно брать его на руки. Но если ребенок сам просится на руки, следует выполнить его просьбу. Но любые нравоучения в этот момент будут преждевременными.

Нежелательно во время истерики оставлять ребенка одного. Это может быть небезопасно. Однако если взрослый сам находится в состоянии крайнего эмоционального возбуждения и не может контролировать свои действия, лучше все же отойти от ребенка.

Очень часто родители в состоянии гнева либо кричат на ребенка, либо шлепают его (порой не соразмеряя силу удара). Впоследствии же они испытывают чувство вины и раскаяния.

В момент наибольшей интенсивности приступа ребенок может не слышать уговоров взрослых, но когда «эмоциональный накал» снизится, можно попробовать отвлечь ребенка, переключить его внимание на какое-либо действие или предмет.

ИТАК, если ребенок впадает в истерику:

- Не отменяйте немедленно своих решений.
- Не берите ребенка насильно на руки. Не старайтесь поднять ребенка с пола.
- Не оставляйте ребенка одного.
- Следите за своим эмоциональным состоянием.
- Переключите внимание ребенка.