*«Есть дети с острым умом и*

*любознательные, но «дикие» и упрямые.*

*Таких обычно считают безнадежными;*

*между тем из них обыкновенно*

*выходят великие люди,*

*если только воспитать их*

*надлежащим образом».*

*Ян Амо́с Ко́менский*

Мы привыкли считать детство счастливым периодом в жизни человека и распространять это счастье не только на детей, но и на их родителей. Глазами своих детей любящие родители могут по-новому увидеть дождик или снег, червячков и птичек, по-новому прочитать старые сказки и спеть новые песенки. Как хочется пережить вместе с ним удивление, восторг, яркость первой непосредственной реакции! Но, к сожалению, не всегда складывается так все радужно. Быть родителем — это счастливая, но трудная миссия, которая невозможна без проблем и противоречий. Но что же делать, если отношения с самым дорогим человеком стали конфликтными?

Следующие правила помогут выйти из трудных ситуаций, восстановить мир и спокойствие в ваших с ребенком взаимоотношениях.

**Общие правила эффективного общения взрослого и ребенка**

**1. Проводите больше времени с ребенком.**

**2. Будьте одновременно тверды и добры.**

**3. Снизьте контроль.**

**4. Поддерживайте ребенка.**

**5. Демонстрируйте свою веру в ребенка.**

**6. Помогите ребенку разбить большие задания на более мелкие,** с которыми он может справиться.

**7. Внесите юмор во взаимоотношения с ребенком.**

**8. Имейте мужество изменить себя.**

**9.** [**Не забывайте о словесных способах поощрения и поддержки ребенка**](http://sandplay.su/index.php/2011-07-18-06-26-18/20-info-dlya-roditelei/83-2011-09-26-12-46-18):

***- Великолепно! Правильно! Хорошо! Необыкновенно! Прекрасно! Совершенно! Отлично!***

***- Замечательно! Превосходно! Чудо!***

***- Ты делаешь это хорошо. Ты делаешь это красиво! Ты делаешь это сегодня значительно лучше. Хорошая работа! Еще немного времени, и у тебя это получится. С каждым днем у тебя получается лучше. Я знал(а), что ты можешь сделать это. Твоя работа принесла мне много радости.***

***- Это лучше всего! Еще лучше! Это лучше, чем всегда. Так держать! Ты это сможешь! Ты смелее, умнее, сильнее!***

***- Поздравляю! Мои поздравления! Я очень горжусь тобой. Это уже успех! Это твоя победа. Сердечно рад(а) за тебя.***

***- Ты настоящий мастер. Я верю в тебя, у тебя будет всегда получаться не хуже, чем сейчас. Хорошо запомнил! Ты сейчас на правильном пути.***

***- Молодец! Умница! Ты быстро учишься. Это то, что надо! Ты прав!***

***- Большое тебе спасибо. Ты хороший(ая)! Ты – чудо!***

******Но что делать, если ребенок носится по квартире без остановки, кричит не своим голосом, катается по полу, совершает хаотичные движения руками и ногами и совершенно не слышит, что вы ему говорите? Поймайте его, обнимите и тихим голосом предложите поиграть.

[***Вот несколько способов утихомирить разбушевавшегося ребенка***](http://sandplay.su/index.php/2011-07-18-06-26-18/20-info-dlya-roditelei/76-20-)*:*

1. Малыша попросите вспомнить, как кричит корова, лягушка, собака. Или показать свою руку, нос, коленку. Ребенку постарше предложите сосчитать от 1 до 20, а потом от 20 до 1.

2. Замри-отомри. Вариаций этой игры множество. Например, по команде “День” ребенок прыгает, играет. А по команде «Ночь» притворяется спящим. С детьми постарше поиграйте в «Море волнуется».

3. Договоритесь с малышом, что как только вы нажмете ему на нос, он сразу «выключится». Можно расширить эту идею, нарисовав пульт управления (или используйте ненужный пульт от телевизора). Нажимайте кнопку на пульте и говорите: «уменьшаю громкость (выключаю звук, включаю замедление)».

4. Предложите ребенку представить себя китом. Пусть он сделает глубокий вздох и ныряет на глубину. Киту можно давать поручения плавать к разным материкам или искать что-то на дне.

5. Попросите ребенка выполнить сложное движение, требующее сосредоточенности (провести пальцем по нарисованному лабиринту, провезти машину за веревочку между кеглями). За выполнение обещайте приз.

6. Попробуйте упражнение на чередования напряжение и расслабления. Например, предложите малышу представить, что его и ваши ладошки – это снежинки. Пусть снежинки плавно падают на землю. А потом возьмите воображаемый снег с земли и с силой сжимайте руки в кулаки (лепите снежки).

7. Предложите игру. Вы говорите слово, а ребенок старается произнести это слово громче, чем вы. А потом, наоборот, попросите малыша говорить тише, чем вы.

8. Возьмите простыню или тонкое покрывало и плотно запеленайте «малыша». Возраст ребенка значения не имеет, но важно, чтобы ему эта игра нравилась. Можете взять его на руки, покачать, спеть песенку.

9. Возьмите салфетку (или листок дерева) и подбросьте вверх. Скажите ребенку, что пока салфетка падает, нужно как можно громче смеяться. Но как только упадет, следует сразу замолчать. Играйте вместе с ребенком.

10. Предложите малышу бегать и прыгать, но при этом постоянно выполнять какое-то простое движение. Например, держать соединенными указательные пальцы или вращать кистью руки.

11. Сшейте мешочек величиной с ладонь и насыпьте в него 3-4 ложки песка или крупы. Предложите ребенку бегать, прыгать и безобразничать, удерживая этот мешочек на голове, пока не прозвенит таймер (1-5 минут).

12. Предложите игру «Капитан и корабль». Капитан должен отдавать команды («Направо», «Налево», «Прямо»), а корабль четко им следовать.

13. Загородите дорогу или схватите носящегося по квартире ребенка. Чтобы пройти (освободиться) он должен ответить на вопрос, требующий сосредоточения (Например, сосчитать количество окон в квартире или придумать пять слов на букву «А»)

14. Попросите малыша, носящегося по квартире, выполнять ваши задания (три раза подпрыгнуть, два раза сбегать на кухню и обратно, четыре раза спрыгнуть с дивана). Важно, чтобы активное задание сочеталось с необходимостью вести подсчет действиям. За каждое выполненное задание рисуйте малышу в альбоме цветок или машинку.

15. Предложите ребенку повторять за вами все слова и действия. Начинайте показывать быстрые, резкие движения или громко кричите. Постепенно переходите к более спокойным, плавным движениям и тихой речи.

*К сожалению, а может быть и к счастью, нет волшебной пилюли от детского непослушания. Безусловно, родительство – кропотливый и нелегкий труд. Специалисты в области детско-родительских отношений важнейшими показателями качества родительства признают гибкости, адаптивности, изобретательности их позиции. Позитивные изменения в детско-родительских взаимоотношениях улучшают эмоциональное самочувствие ребенка и его социальную адаптивность. А значит нам, взрослым, стоит посмотреть на то, что происходит в детско-родительских взаимоотношениях под другим углом зрения. И … начать с себя!*

[**Как предотвратить перерастание детской агрессивности в черту характера?**](http://sandplay.su/index.php/2011-07-18-06-26-18/20-info-dlya-roditelei/75-2011-09-26-08-05-05)

*Во-первых*, **проанализируем своё родительское поведение**: насколько последовательны мы в своём воспитательном подходе, насколько согласованы действия членов семьи, принимающих участие в воспитании, адекватно ли мы оцениваем возможности ребенка, не чрезмерно ли мы опекаем и контролируем ребёнка, внимательны ли мы к чувствам и желаниям малыша, умеем ли сами идти на компромисс, какой образец поведения демонстрируем ребёнку. Иногда агрессивное поведение может быть реакцией малыша на наши ошибки в общении с ним.

*Во-вторых*, необходимо **понять, что скрывается за агрессивным поведением**: неуверенность, невозможность справиться с непосильной задачей, желание быть более самостоятельным или что-то другое.

*В-третьих*, **больше играть со своими детьми**. Маленький ребёнок ещё слишком мал, чтобы воспринимать и использовать на практике теоретические назидания взрослых, а в игре мы можем научить ребенка многому. Именно через игру малыш познаёт окружающий мир и происходящие в нем явления и процессы, именно играя можно научить ребёнка конструктивному общению (разыгрывайте сложные ситуации с игрушками, проигрывайте их по ролям). Дайте возможность ребёнку быть активным участником, будьте осторожны, не заглушите инициативу ребёнка излишней требовательностью и назидательностью.

*В-четвёртых*, **поощряйте общение ребёнка со сверстниками**, когда он поймёт, что вокруг такие же, как и он, малыши, у которых тоже есть рот, нос, глазки и ушки, они могут делать то же, что и он, ему будет проще понять чувства и переживания другого.

*И самое главное*: **любите малыша просто за то, что он у вас есть, без каких-либо других условий**! А желание и терпение помогут вам предотвратить укрепление агрессивности как формы поведения у вашего малыша.