

ТЕМА 3. ПРЕДЪЯВЛЯЕМ ТРЕБОВАНИЯ. ПОМОГАЕМ, СОХРАНЯЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ



1. УПРАЖНЕНИЕ

Сильные эмоции возникают не только у детей, но и у нас, взрослых. Опишите ситуацию, которая вызывает у Вас сильные эмоции и вынуждает предъявлять требования

2. УПРАЖНЕНИЕ:

Сформулируйте требование к ребенку в этой ситуации:

Обычно у нас получается:

ОБВИНЯТЬ:

«Ты не выучил уроки!»

ДОПРАШИВАТЬ:

«Кто принес бомбочки в школу?»

УГРОЖАТЬ:

«Не сделаешь домашнее задание, не пушу на урок!»

ПРИКАЗЫВАТЬ:

«Немедленно прекрати!»

ИРОНИЗИРОВАТЬ:

«Кто это такой умный?»

Додумался»

3. КАК ПРЕДЪЯВЛЯТЬ ТРЕБОВАНИЯ, ВЫРАЖАТЬ СВОИ ЭМОЦИИ?

Угрозы и приказы заставляют детей чувствовать себя беспомощными.

В ответ они:

- обижаются
- защищают себя,
- ведут себя агрессивно

ЭТО РАЗРУШАЕТ ДОВЕРИЕ
МЕЖДУ ВЗРОСЛЫМ И РЕБЕНКОМ,

Эффективно выражать эмоции позволяет техника Я-высказывания

- Я вижу... (безоценочное сообщение)
- Я чувствую ... (сообщение о своих чувствах)
- Я хочу... (сообщение о своих желаниях, ожиданиях)
- Я прошу ... (высказывание просьбы)

Вместо обвинений кратко опишите, что и как Вы видите

«В половине работ с диктантом более 5 ошибок»

Опишите, что Вы чувствуете

«Я разочарована результатами диктанта и очень расстроена»

Сообщите о своих ожиданиях или потребностях:

«Я хочу понять, что еще можно сделать, чтобы научить писать грамотно»

Сформулируйте просьбу

«Я прошу Вас пересказать правило своими словами, чтобы узнать, что осталось не понятным»

ВАЖНО: говоря о своих чувствах, потребностях, формулируя просьбу, мы берем за них ответственность на себя вместо обвинения других людей.



4. УПРАЖНЕНИЕ:

Сформулируйте требование к ребенку в форме Я-высказывания

Я вижу _____

Я чувствую _____

Я хочу _____

Я прошу _____

**КАЖДЫЙ ИЗ
НАС
ОТВЕТСТВЕНЕН
ЗА ЧУВСТВА,
КОТОРЫЕ
ИСПЫТЫВАЕТ
И ОБВИНЯТЬ В
ЭТОМ ДРУГОГО
МЫ НЕ ИМЕЕМ
ПРАВА.**

- Пауло Коэльо

4 ЗОНЫ В ВОСПИТАНИИ РЕБЕНКА Ю.Б.ГИППЕНРЕЙТЕР

ЗЕЛЕНАЯ: Действия, которые разрешается делать ребенку по его усмотрению и желанию (С кем дружить, во что играть на перемене...)	ЖЕЛТАЯ Действия, которые ребенок может делать, с соблюдением определенных условий (гулять самостоятельно, при условии, что во дворе школы)
ОРАНЖЕВАЯ Действия, которые обычно не приветствуются, но в исключительных случаях допускаются: (Опоздать на урок в связи с посещением врача)	КРАСНАЯ Действия, которые недопустимы ни при каких обстоятельствах (Бить других детей, брать без разрешения чужие вещи...)

НАКАЗЫВАТЬ ИЛИ НЕ НАКАЗЫВАТЬ

В ситуациях, когда ребенок нарушает требования, не соблюдает правила или договоренности возникает вопрос о наказании.

Взрослым трудно отказаться от наказания. Для того, чтобы принять решение об использовании наказания, важно знать некоторые законы.

1. Наказание не формирует правильного поведения, а только тормозит неправильное

2. Неправильное поведение, за которое ребенка наказывают, вызвано потребностями. Пока они не удовлетворены, потребность будет искать обходные пути.

3. С точки зрения нейронауки, совершенное действие никогда не забывается и, скорее всего, будет повторяться несмотря на запреты, наказания и извинения.

4. Наказание способно породить протест и действие «наперекор»

АЛЬТЕРНАТИВЫ НАКАЗАНИЯ

СООБЩИТЬ О СВОЕМ НЕОДОБРЕНИИ БЕЗ ЛИЧНЫХ ВЫПАДОВ (ИЛИ НАПОМНИТЬ ПРАВИЛО)
«Мне не нравятся такие слова»
«В нашем классе такие слова не допустимы»

ПРЕДЛОЖИТЬ ВЫБОР (реальный)
«Можно пользоваться этими словами мысленно, не произнося вслух, или выбирать такие слова, которые никого не оскорбляют»

ОБЪЯСНИТЬ, КАК РЕБЕНОК МОЖЕТ ИСПРАВИТЬ СИТУАЦИЮ
«Мне хотелось бы, чтобы вместо оскорблений была составлена фраза, отражающая твои чувства, с использованием приемлемых слов. Можно воспользоваться словарем»

ПОКАЗАТЬ ПОСЛЕДСТВИЯ ЕГО ПОВЕДЕНИЯ

«Когда я слышу такие слова, у меня пропадает всякое желание помогать решать примеры или делать что-то еще»

ДЕЙСТВОВАТЬ БЕЗ ОСКОРБЛЕНИЯ
«Я лишаю тебя слова, пока ты не научишься применять приемлемые слова».

«Я забираю у тебя роль. Я не могу допустить, чтобы из-за невыученной роли сорвался спектакль».



**ВАМ НЕ УДАТСЯ
НИКОГДА
СОЗДАТЬ
МУДРЕЦОВ, ЕСЛИ
БУДЕТЕ УБИВАТЬ
В ДЕТЯХ
ШАЛУНОВ.**

- Ж.-Ж. Руссо

ПОМОГАЕМ РЕБЕНКУ В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ, ПОДДЕРЖИВАЯ ЕГО САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ:

1. СЛУШАЕМ, ЧТОБЫ ПОНЯТЬ ЧУВСТВА,
ПЕРЕЖИВАНИЯ, СИТУАЦИЮ
2. ЗАДАЕМ ВОПРОСЫ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ
НАЙТИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ
3. ПОДДЕРЖИВАЕМ ТАК, ЧТОБЫ ВДОХНОВИТЬ К
ДЕЙСТВИЮ

СЛУШАЕМ, ЧТОБЫ ПОНЯТЬ ЧУВСТВА, ПЕРЕЖИВАНИЯ, СИТУАЦИЮ

Ты говоришь, что...(Что происходит?)

Ты видишь, что... (Что получается?)

Ты чувствуешь...(Как ты себя сейчас чувствуешь?)

Тебе важно... (Что тебе важно? На что нужно обратить
внимание в этой ситуации?)



**Ребенок —
существо
разумное, он
хорошо знает
потребности,
трудности и
помехи своей
жизни.**

ЗАДАЕМ ВОПРОСЫ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ НАЙТИ РЕШЕНИЕ

Что ты можешь сделать для решения этой ситуации?

Какие у тебя есть варианты действий?

Кто может помочь в этой ситуации?

К кому хочешь обратиться за помощью?

ПОДДЕРЖИВАЕМ ТАК, ЧТОБЫ ВДОХНОВИТЬ

Посмотри, что ты уже сумел сделать (что у тебя уже
получилось, какой у тебя уже есть опыт)!

Каковы твои дальнейшие шаги?

Какая помощь нужна от меня?

Как ты себя наградишь, когда все получится?

— Я. Корчак