

Что делать, если ребенок отрывает вас от дел?

«Иногда кажется, что мои дети не испытывают никакого уважения к тому, что я делаю, если это не связано с ними. Чтобы я ни делала - готовила обед, накладывала макияж, разговаривала с соседкой, заглянувшей на минутку, - они считают, что вправе наброситься на меня, чтобы завладеть моим полным вниманием к ним. Мне иногда кажется, что мои дети запрограммированы бросать все свои дела и требовать моего внимания, как только зазвонит телефон».

У вас тоже есть такие проблемы? Вы не одиноки! Такое раздражающее поведение детей от двух до пяти лет (а иногда и более старших) очень распространено, поскольку дети такого возраста еще находятся на очень эгоцентричной стадии развития. Они сконцентрированы на собственных желаниях и нуждах. Некоторые родители с самого начала ругают детей за вмешательство, другие же уступают их требованиям. Если ваш ребенок видит, что, постоянно прерывая вас, он получает то, что хочет, можете быть уверены, такое поведение продолжится.

Что же делать?

- Покажите вашему ребенку, что вы будете скоро с ним, даже когда продолжаете разговор с другими взрослыми, взяв ребенка за руку, поглаживая по плечу, почесывая спинку или сев и обняв его.
- Чтобы закончить разговор с соседкой, дайте ребенку какое-нибудь задание. Сделайте паузу, посмотрите ему в глаза и скажите: «Дорогой, я займусь тобой, как только ты закроешь калитку». И затем быстренько говорите!
- Предложите вашему нетерпеливому ребенку немножечко самому поговорить с человеком, который звонит вам. Это может изменить его настроение.
- Поставьте трехминутные песочные часы рядом с телефоном и спокойно скажите: «Дорогой, как только весь песок пересыплется вниз, я закончу говорить по телефону и

буду готова выслушать тебя». Затем поставьте часы так, чтобы ребенок их видел. (Держите свое слово!)

- Будьте креативным. Например, когда звонит ваш телефон, «ответьте» сначала по игрушечному телефону ребенка. Скажите: «Женя, это тебя». А затем возьмите свой.

- Немедленно покажите, что оценили послушание своего ребенка в ответ на вашу просьбу подождать. Скажите: «Прекрасно себя ведешь», или «Какой послушный ребенок», или просто «Спасибо».

И еще несколько советов:

- Спланируйте свой день так, чтобы у вас было время побыть с ребенком «один на один», и он мог получить ни с кем не разделяемое ваше внимание. Когда ребенок знает, что позже он получит полное ваше внимание, менее вероятно, что он будет вмешиваться в ваши дела в другое время дня. Даже пяти минут «один на один» может хватить ребенку, и он будет чувствовать больше удовлетворения, чем от часа постоянно прерываемого общения.

- Поймите, что маленькому ребенку очень трудно ждать вашего внимания, потому что он просто не может думать ни о чем другом, кроме того, что беспокоит его - жажда, ушибленное место или сломанная игрушка.

- Предложите вашему ребенку что-нибудь интересное для него, пока он ждет. Исследования показывают, что даже наиболее нетерпеливые дети могут сконцентрировать внимание на предмете, который они хотят или который им нравится. Дети, которые очень терпеливо ждут внимания родителей, легко переориентируются на другое занятие.

- Объясните ребенку, что все люди говорят и слушают по очереди. Скажите, что сейчас ваша очередь говорить с кем-то, а затем придет его очередь говорить с вами, а вы будете его слушать. Но после этого обязательно сдержите свое обещание.

- Сообщите вашему ребенку, если вы собираетесь заняться очень серьезным делом, что какое-то время будете заняты. Прежде чем начнете свое занятие, спросите ребенка, не нужно ли ему чего. Когда освободитесь, похвалите ребенка, если он не вмешивался, или вмешивался реже, чем обычно.

- Постарайтесь предвидеть и не допускать вмешательств, будучи к ним готовыми. Имейте под рукой мультик или игрушку, которыми можно занять ребенка, пока вы говорите по телефону.

- Призовите на помощь современные технологии. Например, купите недорогие наушники. У многих беспроводных телефонов есть специальное устройство для подключения. Затем укрепите беспроводной ресивер (телефонная трубка) на ремне, и вы вполне мобильны со свободными руками и можете спокойно играть с детьми, пока ждете важного звонка.

- Подумайте, может быть, стоит звонить по телефону, когда дети с няней или спят.

- Пользуйтесь электронной почтой для контактов с друзьями и коллегами, даже в 3 часа ночи: по крайней мере, так спокойнее!

- Время от времени стоит перестать делать то, чем вы были заняты, и дать ребенку время, нужное ему для урегулирования какой-то проблемы, а потом продолжить свои занятия.

- Следите за признаками того, что ребенок на грани срыва, что он не может больше терпеть и действительно нуждается в вас. Обратите на это внимание до того, как он начнет ошеломляюще грубые приставания. Он ложится на пол или цепляется за вашу ногу? Если так, значит, пора отложить свои дела и заняться им.

- Если вы обещаете ребенку уделить ему внимание и выслушать его, обязательно сдержите обещание (например, «Когда я закончу мыть посуду», «Сразу после того, как закрою окно»). Помните, что дети воспринимают буквально все, что вы говорите.

Что делать, если ребенок отрывает вас от дел

Автор: admin

24.04.2011 17:19 - Обновлено 04.11.2014 11:07

Прежде чем пообещать, что вы что-то сделаете через минутку, уверьтесь, что имеете в виду минутку, а не десять.

Маленьким детям трудно не быть центром внимания; при большой практике и большом терпении вы можете помочь им стать более чуткими по отношению к другим, для этого их надо научить тому, что иногда необходимо подождать, пока тебя выслушают!

Автор - **Инна Левит**

[Источник](#)