

Наталья Фомина

**7 фраз,
которые следует говорить
вашему ребенку!**



КТК "ГАЛАКТИКА"

Москва

2024

УДК 37.064
ББК 88.50
Ф76

Ф76 Фомина Н.

7 фраз, которые следует говорить вашему ребенку! – М.: КТК «Галактика», 2024. – 182 с.: ил.

ISBN 978-5-6051410-4-4

Эта книга о психологии и воспитании детей представляет собой руководство от опытного специалиста-психолога, который помогает детям и их родителям разобраться в сложных эмоциональных ситуациях.

Автор, имеющий богатый практический опыт работы с детьми и семьями, предлагает читателям глубокое понимание того, как развить эмоциональную связь с ребенком, помочь ему преодолеть трудности и стать уверенным в себе.

В книге представлены практические советы и упражнения, основанные на современных методиках психологии, игровой терапии и подходах к родительству. В ней даны ответы на некоторые вопросы родителей.

Эта книга будет незаменимым ресурсом для всех родителей, которые хотят развить здоровые и устойчивые отношения со своими детьми, и помощником им в преодолении жизненных трудностей.

Материал, изложенный в данной книге, многократно проверен. Но, поскольку вероятность технических ошибок все равно существует, издательство не может гарантировать абсолютную точность и правильность приводимых сведений. В связи с этим издательство не несет ответственности за возможные ошибки, связанные с использованием книги.

ISBN 978-5-6051410-4-4

© Фомина Н., 2024

© Оформление, издание, КТК «Галактика», 2024

Содержание

Об авторе	6
Вводная часть	9
Откуда родом наши проблемы?	10
А если это – НЕлюбовь? или Пример манипуляций взрослых	14
Глава 1. О природной основе особенностей детского развития.....	17
Мой ребенок – не такой, как все?	18
Как можно и нужно помогать чувствительным детям	21
Как направить в нужное русло бурную энергию непосед	24
«Ехал к обеду, да и ужина не застал». Как быть с копушами	27
«Родители могут многому научиться у своих детей. Например, терпению»	30
Откуда берутся тики и что с ними делать. Ответы на вопросы родителей	32
Так ли важен и нужен режим дня для ребенка	36
Глава 2. Об особенностях развития детей дошкольного и младшего школьного возрастов.....	39
Волшебный ключик для родителей дошкольников. Успейте воспользоваться!	40
Прогулка родителей с ребенком – отличная возможность пообщаться, узнать больше друг о друге, подружиться	42
Ребенок берет чужое. Стоит ли сразу посылать сигнал SOS	44
Ребенок взял чужое. Как родитель может помочь ему исправить это	47
Если у ребенка нет друзей. Как можно научить ребенка дружить	50
Чему нас учат наши дети	53
Почему наказывать детей стоит с осторожностью. Чем может обернуться строгое воспитание	55
Игры, помогающие развивать дисциплинированность	59
Как укрощать агрессивность ребенка	66
Любить ребенка – значит научить?	69
Любить ребенка – значит научить его!!!	72
Как адаптируются к детскому саду двухлетние дети	75
Как научиться сотрудничать с ребенком	81
А вы знаете 7 фраз, которые надо говорить своим детям?	85

Как перевоспитать избалованного ребенка	89
Глава 3. Что такое игра для ребенка-дошкольника?	97
Нужно ли родителям играть со своими детьми, или Что такое ИГРА в жизни ребенка-дошкольника	98
Почему 2-летний ребенок часто недоволен и топает ногами? Манипулирует вами?	105
Насколько независимым должен быть 2-летний малыш и как научить его сотрудничать с другими.....	108
«Я не спала ночью, переживала и обижалась, получив заключение психолога».....	110
Глава 4. Почему ребенок не слушается?	113
«Почему ребенок не слушается?». Потому что мы много запрещаем, приказываем, требуем.....	114
«Когда ребенок не слушается?» – когда в его жизни отсутствуют четкие и понятные границы и правила.....	117
Эффективный метод дисциплинирования ребенка, если он игнорирует договоренности: «Волшебство 1-2-3»	120
Время подумать над своим поведением как метод дисциплинирования ребенка.....	123
О неэффективных, хотя весьма распространенных методах воспитания дисциплинированности ребенка.....	126
Ослабление привязанности между мамой и ребенком – возможная причина непослушания.....	129
«Потому что я так сказала!» Почему подобные ответы родителей бесполезны и даже вредны.....	131
Слабый рейтинг мамы в глазах ребенка.....	134
Определенный возраст ребенка как возможная причина детского непослушания	136
Глава 5. О детях с особенностями развития	139
«У моего ребенка аутизм». Принятие диагноза подскажет, как жить дальше.....	140
Принять аутизм ребенка, чтобы продолжать жить по-новому.....	143
На Небесах мне выбрана судьба особой мамы.....	146
Что мне делать, если у моего сына синдром дефицита внимания и гиперактивность (СДВГ)	150
Про любовь матери и про демонов, пасущихся рядом. Притча.....	152
Почему не слушаются пальчики у детей с СДВГ и нарушениями речи.....	155

«Мой ребенок очень застенчивый. Что делать, чтобы исправить это»	157
Как родитель может помочь ребенку преодолеть застенчивость	160
Глава 6. О сохранении психического здоровья родителей	163
Что чувствуют заботливые родители? Что им нравится в родительстве, а что не очень.....	164
«Иногда я чувствую себя глупой и неполноценной матерью». О сохранении психического здоровья родителей	167
«Родители испытывают чувство вины – это нормально». Переживать надо тогда, когда вы поступаете плохо.....	170
Все родители волнуются. Как не позволять беспокойству заполнить всю вашу жизнь	173
Как справиться со своим состоянием, если меня часто раздражает мой ребенок	175
«Люблю своего ребенка больше всего на свете, но иногда сомневаюсь в этом. Это – нормально?»	177
Лучший помощник родителю в его нелегкой миссии – он сам. О самовоспитании взрослых.....	179
Заключительная часть.....	181