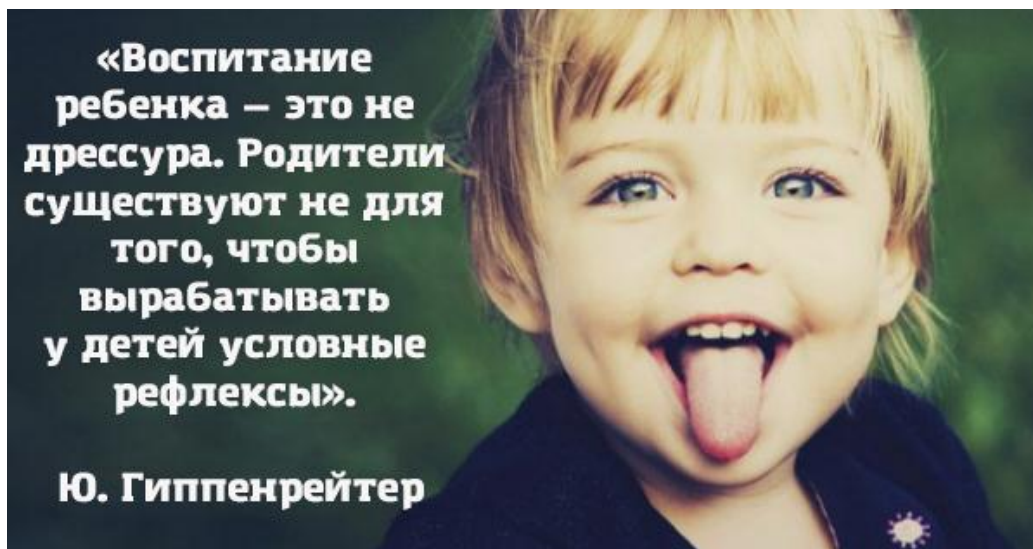


Лучшие советы родителям от психологов по воспитанию и общению с детьми



Дети – самое ценное, что есть в жизни каждого. Мы стараемся воспитать их как можно лучше. Но иногда возникают ситуации, когда мама и папа не знают, как правильно поступить в той или иной ситуации. В такой ситуации советы психолога родителям могут помочь решить самые острые проблемы. На что же нужно обращать внимание, воспитывая своего ребенка?

Как воспитывать ребенка, чтобы не навредить ему?

Ваш ребенок является уникальным. Он не похож ни на кого, в том числе и вас. Ребенок не является вашей копией, поэтому нельзя требовать от него реализовать написанный вами жизненный сценарий.

Ваше чадо – это самостоятельный человек, со своими достоинствами, недостатками, способностями, желаниями и предпочтениями. Предоставьте ему право выбора во всем. Пускай он сам принимает решения в ответственные моменты. Делайте упор на его сильных сторонах и положительных качествах. Принимайте его таким, каким он есть.

Главный совет — любовь и доверие.

Не стесняйтесь своей любви к ребенку и ее демонстрации. Не надо бояться, что вы «залибите» его.

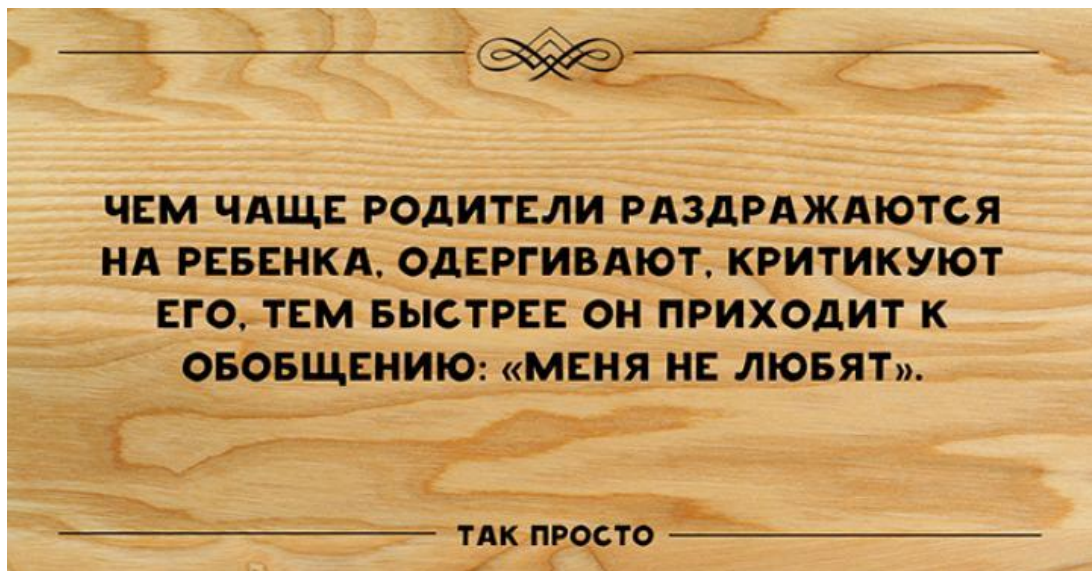
Он должен чувствовать в вас надежную опору в жизни и понимать, что вы его поддержите в любой ситуации. Старайтесь как можно чаще брать ребенка на колени, смотреть ему в глаза, обнимать и целовать. Ласка является лучшим методом поощрения.

В то же время не допускайте вседозволенности в воспитании. Необходимо чтобы в вашей семье были установлены некоторые рамки и запреты, которых вам нужно строго придерживаться.



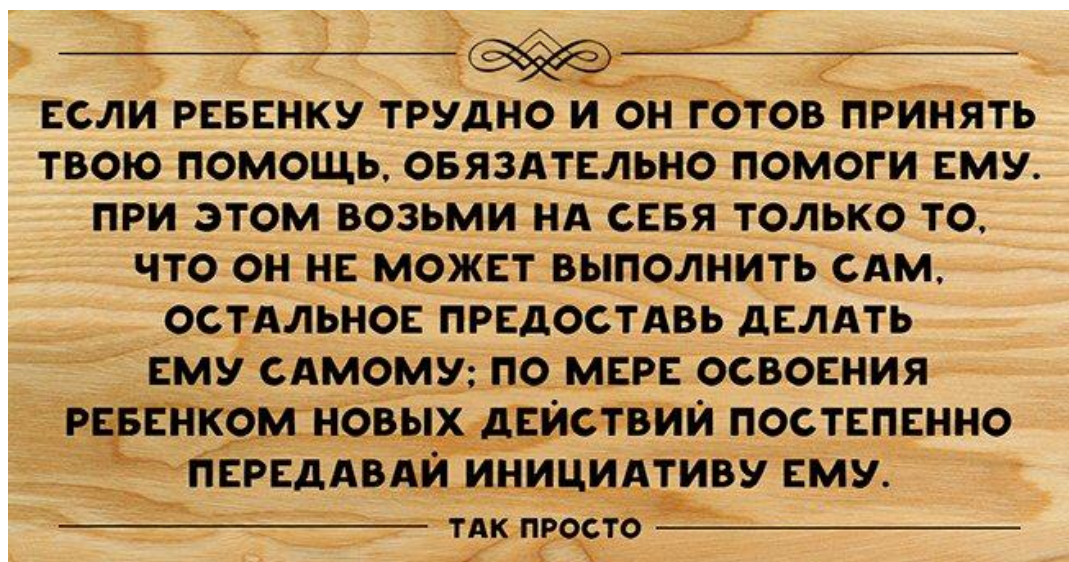
Совет №1 от детского психолога Ю. Гиппенрейтер

Перед тем как наказывать остановитесь, и подумайте, а действительно ли ребенок сейчас заслуживает наказания. Ведь сначала можно попробовать решить вопрос с помощью ласки и просьбы. Если же наказание действительно является мотивированным, то не обходимо четко объяснить причину наказания. Не забывайте, какую огромную роль в жизни ребенка исполняет игра. Именно в игровых моментах можно передать малышу все что, ему необходимо знать. Именно с помощью игры можно рассказать малышу о жизненных ценностях и приоритетах. Игра помогает детям и родителям лучше понимать друг друга.



Совет №2

Необходимо не забывать о значении общения с ребенком, старайтесь делать это как можно чаще. Научите ребенка, выражать свои чувства и эмоции. Это поможет ребенку в понимании других людей и своего поведения. Стиль вашего отношения к ребенку сказывается не только на поведении ребенка, но и на его психическом здоровье. Если ваше чадо чувствует негатив к себе, это может вызвать проявления скрытой агрессии.



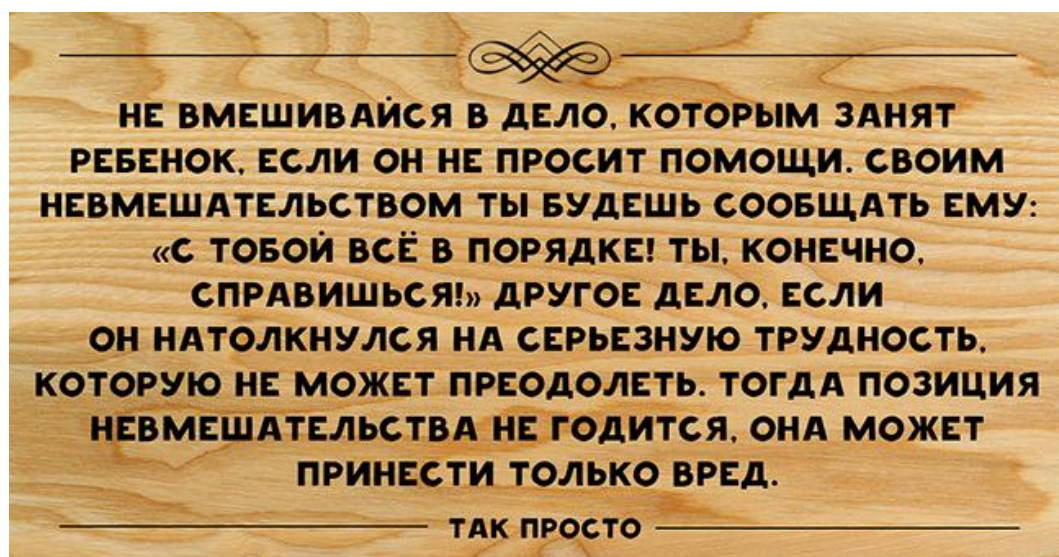
Совет №3

Помните, что от того как вы общаетесь с ребенком зависит его умение сопереживать другим, чувствовать эмоции как положительные, так и отрицательные. При общении с ребенком,

помните, что процесс коммуникации требует понимания своего собеседника, его чувств и эмоций.

Самые распространенные ошибки родителей в воспитании детей

- Недостаточный объем знаний родителей о формах и методах воспитания.
- Часто родители не имеют единых требований, в таком случае ребенок выбирает более удобную для него сторону.
- Часто родители дают негативную установку деятельности ребенка. Избегайте таких выражений как «Ты не умеешь...», «Сколько раз тебе можно рассказывать...», «Разве это не понятно...». Такое отношение способствует формированию заниженной самооценке и комплексов неполноценности. Ребенок перестает верить в свои силы.
- Даже если вы и даете негативную оценку, то помните, что нужно давать оценку поступку, действию, но не переходить на личность. Переживание низкой самооценки, которая вызвана отношением взрослого, способствует развитию невротического синдрома.
- В вашем общении с ребенком важно все от эмоциональной окраски до интонации. Особенно для детей раннего возраста важен не смысл, а эмоциональное окрашивание вашего разговора, в котором вы заключаете свое отношение к вашему малышу.

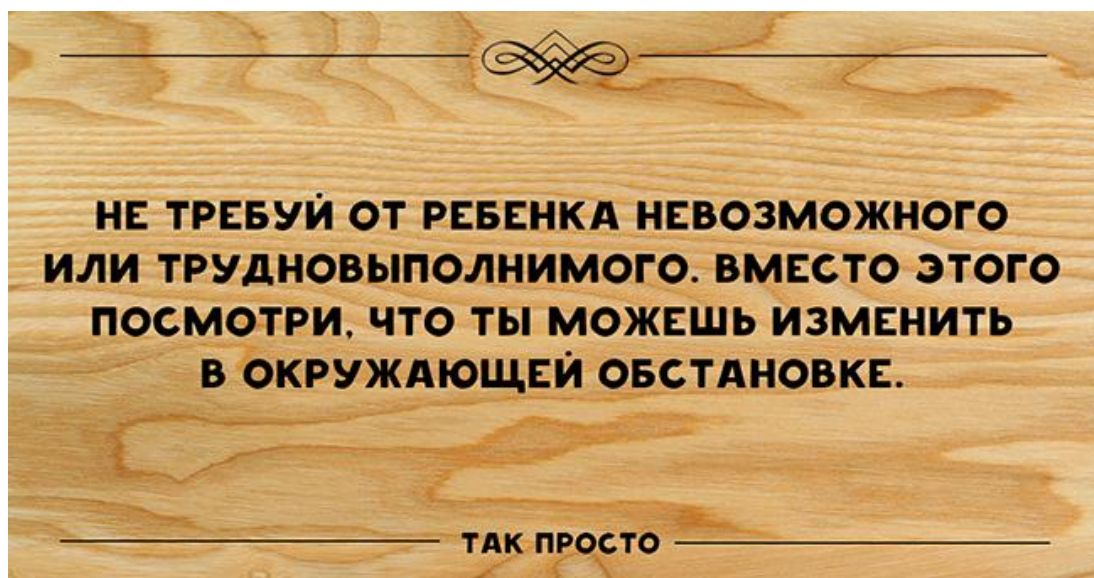


Совет №4

Никогда не сравнивайте вашего ребенка еще с кем-то. Это будет иметь только негативные последствия, так как может нанести психологическую травму вашему маленькому человечку. Также такое поведение взрослых способствует развитию негативизма, эгоизма и зависти.

- Контролируйте степень психологической нагрузки на ребенка. Следите за тем, чтоб она не превышала возможностей ребенка.
- В ваших отношениях должен быть плавный переход от наказания до поощрения, от отрицательного к одобрительному тону.
- Одной из ошибок, которые встречаются, не так уж редко является гиперопека и идеализация, проявляющаяся в чрезмерной, слепой любви к своему чаду.

Авторитарный стиль воспитания, который имеет признаки слишком сильной и неоправданной строгости, грубости и авторитарности. Иногда это сопровождается физическими методами наказания.



Совет №5

- Либеральный стиль воспитания, который проявляется чрезмерным попустительством и вседозволенностью.

- Родители пытаются избежать ответственности и перекладывают свои заботы на детский сад, школу, милицию.
- Бестактность в общении с ребенком. Не стоит проявлять свое остроумие в отношении вашего чада.
- Чрезмерное потакание материальным запросам ребенка.
- Отсутствие желания интересоваться жизнью детей: их интересами, друзьями, досугом.
- Создание тепличных условий для ребенка.

Частые ссоры, которые наблюдают дети.



Совет №6

Как сделать общение родителей с детьми эффективным?

В процессе общения с ребенком приложите все усилия для того, чтобы ребенок понял, что вы понимаете его эмоциональное состояние, настроение, чувства связанные с той ситуацией, о которой он вам рассказывает. Все что для этого необходимо – это внимательно выслушать ребенка, а затем ненавязчиво своими словами повторить, то, что вам рассказал ребенок. Так вы дадите ребенку возможность разобраться в своих чувствах, он поймет, что вы его слышите и слушаете.

Если ребенок проговаривает с вами свою проблему, это уже успешное начало для того, чтобы избавиться от нее.

Когда вы общаетесь с ребенком, старайтесь внимательно следить за его жестами и мимикой. Иногда дети не хотят нас огорчать и говорят, что все нормально. Но если присмотреться их невербальным способом выражения своих чувств (дрожит подбородок, глаза блестят или «на мокром месте»), то можно сразу догадаться об истинных чувствах ребенка.

Старайтесь в любой ситуации поддержать ребенка, даже без слов. Для этого можно использовать все возможные тактильные способы: улыбка, объятия, подмигивание, кивок головой, взгляд в глаза.

Вы не можете быть готовыми ответить на любой вопрос. Но старайтесь не отвечать на вопросы ребенка насмешливым тоном, ведь он способен выдать вас лучше, чем ваши слова и глаза.



Ссоры родителей неблагоприятно влияют на психику ребенка

Поддерживая разговор необходимо демонстрировать свою заинтересованность в теме вашего общения. Можно задать следующие вопросы: «Вот это да! А что же было потом?», «Ой, как интересно! Расскажи мне...»

Когда вы проводите с ребенком время используйте игры, которые вам знакомы с детства. Например, для развития мелкой моторики – перебирайте гречку. Для развития координации разрешите ребенку ползать по деревьям. Для того чтобы развить речь и кругозор – говорите с ребенком. В процессе общения можно решить множество тончайших психологических проблем.

Помогайте ребенку снять мышечное и нервное напряжение. Это можно сделать с помощью массажа или даже легкого растирания тела. Если нет возможности сделать вышеперечисленные процедуры – просто обнимите ребенка, погладьте его по голове и скажите, как сильно вы его любите. Ласка и объятия очень важны для ребенка

Похвала ребенка — как это делать правильно?

Самое главное, что нужно запомнить о похвале – это то, что каждый ребенок нуждается в том, чтобы его поддерживали и хвалили. Все действия ребенка должны начинаться с чувства успеха, которое должно проявляться не только в конце, но и вначале любого дела. Задача родителей создать условия для ощущения чувства удачи, радости поиска, преодоления.

Однако перед родителями встает вопрос, а за что и как правильно хвалить ребенка, какие поступки или особенности его личности нужно подчеркнуть и акцентировать на них свое внимание. Здесь главным ответом будет не за что хвалить, а как это делать.

Ваши искренние одобрения и похвальба способны сотворить поистине чудеса. Это даст ребенку возможность поверить в себя и свои возможности.

А как же не следует хвалить? Прежде всего, нельзя хвалить за то, что ребенку и так легко дается или дано природой. Хвалить необходимо за труд и усилие, которое, ребенок сделал. Если же вы будете одобрять просто наличие определенных способностей, то это вряд ли, принесет какой-то позитивный результат, для развития ребенка. Наоборот, такое стиль общения может только навредить, особенно если это часто повторять.



Совет №7

Если вы будете постоянно хвалить ребенка без надобности, то он привыкнет к этому и будет постоянно ожидать и требовать похвалы. Это может вызвать проблемы в общении с окружающими его людьми. Так как ребенок будет уверен в своем полном превосходстве над другими. Это чревато проявлениями эгоцентризма и формированием завышенной и неадекватной самооценки. Он будет постоянно ожидать восхищения и похвалы от окружающих. Если же похвалы прекратятся, это будет вызывать у ребенка психологический дискомфорт, который в будущем приведет к появлению зависти, мелочной обидчивости, ревности к чужому успеху, подозрительности и других качеств.

Крайне нежелательно хвалить ребенка за то, что ему дается легко перед теми, для кого это практически нереально или очень тяжело сделать.

Это может очень тяжело травмировать психику ребенка. Это может привести к снижению побуждения к делу. Такое несправедливое противопоставление не вызовет желания брать пример с того, кого несправедливо захваливают. Наоборот это может вызвать только чувство угнетения и обиды.



**ПРЕЖДЕ ЧЕМ РУГАТЬ РЕБЕНКА,
ВСПОМНИ СЕБЯ В ЕГО ВОЗРАСТЕ,
ПОГЛАДЬ ЕГО ПО ГОЛОВЕ
И ИДИ ПЕЙ СВОЮ ВАЛЕРЬЯНКУ.**

Полезный совет напоследок Нельзя хвалить чересчур часто, когда на то нет явной необходимости. Похвала при этом обесценивается, вызывая чувство дешевого успеха. Возникает бездумное отношение к тому, что говорят взрослые. Похвала должна быть за конкретный поступок, за достижения ребенка, а не за личностные качества ребенка. В противном случае можно сформировать завышенную самооценку и высокое самомнение. Если в будущем ребенок увидит, что окружающие не так восторгаются им, то это приведет к появлению неврозов и истероидных черт характера.

Пожелание всем родителям

Основным пожеланием для всех родителей быть счастливыми, окружить счастьем своих детей. Ребенок выращенный в любви становится уверенным в себе, а главное любящим вас.

Маленькому человечку трудно научиться самому основам общения и поведения в нашем мире, поэтому родители выступают проводником с внешним миром. Опираясь на ваши поступки, ребенок будет выстраивать тот же образец поведения. Вы должны понимать, что любой ваш поступок будет запечатлен в памяти ребенка. Требуя уважения к себе вы должны показать, что так же уважаете мнение и личное пространство ребенка.

Родители должны помогать ребенку приобрести все необходимые навыки для жизни. Не критикуйте малыша, если у него получается не сразу или не так как хотелось бы вам. Вспомните себя ребенком, и подумайте легко ли было вам делая первый шаг, падая с велосипеда сев на него впервые.

Испытывая боль от падения, вряд ли критика ваших родителей смягчала вашу неудачу.

Старайтесь избегать гиперопеки. Чрезмерная забота губительна для самостоятельности ребенка. Ему будет трудно во внешнем мире, когда вы отправите его в свободное плавание.

Так же одной из ошибок в воспитании является *«растить ребенка для себя»*. Ребенок должен сам прожить свою жизнь, у него есть свои мысли, взгляды на жизнь. Задачей родителей является помочь ребенку найти себя в этом мире, развить свои таланты.

Раскрывая таланты ребенка, вы должны показать, что только прилагая усилия можно что-то получить. Нельзя баловать его, давать все, чего бы не потребовал ребенок. Становясь взрослым ему будет трудно принять, что не все его желания будут немедленно исполняться. Сильно балуя его в детстве, приготовьтесь исполнять его желания на протяжении всей жизни.

Старайтесь доверять малышу, он должен чувствовать, что на него могут положиться. Поручая ребенку не большое дело, вы воспитываете ответственность в нем и уверенность в вашем серьезном отношении к нему.

Каждому из нас нужен уголок или комната, тоже самое нужно и ребенку. На своей территории он должен чувствовать себя в покое, сам должен распоряжаться пространством. Не нужно навязывать ему свой распорядок чистоты, ребенок сам решает убираться ему или нет. Ваша задача состоит в том, чтобы помочь научиться поддержанию чистоты, правильному распределению пространства. Это так же поможет сформировать у ребенка чувство самостоятельности во взрослой жизни.

И помните вы уже прошли путь ребенка, а малыш только делает робкие шаги в этом мире. От вас зависит станет он счастливым человеком или нет.