

АЗБУКА ВОСПИТАНИЯ

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Каждому человеку нужно, чтобы его любили, понимали, признавали и уважали, чтобы он был кому-то нужен и близок, чтобы у него был успех в делах, учебе и на работе и чтобы он мог себя реализовывать, развивать свои способности, самосовершенствоваться, уважать себя. Ребенку это тем более необходимо.

Поэтому придерживайтесь следующих правил:

А. Активно слушайте своего ребенка – то есть, возвращайте ему в беседе то, что он хотел вам поведать, обозначая при этом его чувства.

Б. Больше доверяйте своим детям, делитесь с ними своими чувствами. Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

В. Вместе – значит на равных. Общие дела сближают родителей и детей. Но не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи.

Г. Гордитесь своим ребенком и иногда говорите ему об этом – это поможет вам защитить его от заниженной самооценки.

Д. Действия и поступки ребенка можно и нужно иногда осуждать и высказывать свое недовольство, но не его самого и не чувства в целом.

Е. Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

Ж. Желайте своему ребенку того же, чего бы пожелали себе. Чаще вспоминайте себя в детстве.

З. Знайте, что похвала-оценка и одобрение не одно и то же. Поддерживайте успехи и огорчайтесь неудачам вместе.

И. Иногда позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или бездействия). Только тогда он будет взрослеть, и становиться более самостоятельным.

К. Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщайте о своих переживаниях, о себе, а не о его поведении. Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.

Л. Личность и способности детей развиваются только в той деятельности, которой они занимаются по собственному желанию и с интересом. Не требуйте от ребенка невозможного, или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей ситуации.

М. Мамины и папины требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

Н. Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе он перестанет воспринимать его. Наказывая ребенка, лучше лишать его хорошего, чем делать ему плохо.

О. Обнимайте своих детей, пока они не выросли выше вас, но даже и тогда им требуется ласка.

П. Принимайте своего ребенка таким, какой он есть – то есть любите его не за что-то, а просто за то, что он есть!

Р. Рискуйте, постепенно снимая с себя заботу и ответственность за личные дела ребенка, его учебу — это развивает самостоятельность и укрепляет доверие к вам.

С. Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.

Т. Требуйте от своих детей то, что они уже могут делать или готовы научиться, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

У. Услышьте и постарайтесь понять хотя бы своих детей. Любой ребенок должен чувствовать себя нужным в семье.

Ф. Фантазируйте, придумывайте вместе с вашими детьми!

Х. Хорошим правилам родители пытаются научить каждого ребенка, но они должны быть выполнимы, их не должно быть много и они должны быть согласованы взрослыми между собой.

Ц. Цените минуты общения с ребенком. Прежде чем автоматически приказать, похвалить, наказать, посоветовать, обозвать, оскорбить или осмеять ребенка – подумайте, понравилось бы это вам.

Ч. Чаще используйте в повседневном общении приветливые фразы. В детстве мы узнаем о себе только из слов и отношения к себе близких.

Ш. Широко улыбайтесь. Часто смейтесь!

Щ. Щекотка стабилизирует психическую нестабильность, повышает иммунитет, заряжает положительной энергией эмоции человека.

Э. Эмоции являются важной составляющей в развитии ребёнка, его адаптации к окружающему миру, его становлении как члена общества, и родители это первые люди, которые могут познакомить ребёнка с этим не простым миром эмоций, научить понимать, принимать их и справляться с ними.

Ю. Юмор, умение шутить помогает получать удовольствие от жизни. Смех – лучшее лекарство от стресса. Благодаря чувству юмора ребенок легче справляется со сложными ситуациями, быстро адаптируется к переменам, чувствует себя свободнее и счастливее. Этот навык помогает не только в эмоциональном плане, но и в социализации.

Я. В каком возрасте дети начинают говорить я? Знаменитый кризис трёх лет у многих детей начинается уже в 2,5 года. Психологическая сущность этого кризиса состоит в том, что ребёнок впервые начинает осознавать себя отдельным человеком, имеющим собственную волю. Ребёнок отделяется от взрослого и хочет действовать самостоятельно: «Я сам».

Педагог-психолог
Соколова Ольга Владимировна