

# КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## «ТАЙНЫ СЧАСТЛИВОГО ДЕТСТВА»

Подготовила: Русакова Т.В,  
старший воспитатель  
(общественный инспектор по охране прав детства)



Все взрослые были когда-то детьми. Все мы «родом из детства». Детские годы – наверное самый важный период жизни человека, в котором формируется личность, характер, взгляды на жизнь, отношение к себе и к другим. Многие внутренние проблемы взрослого человека, его трудности во взаимодействии с другими людьми, его уверенность (или неуверенность) в себе, его интересы и способности (или их отсутствие) ведут своё происхождение из детства. Чтобы понять причины тех или иных поступков и проблем взрослого человека, психологи, как правило, пытаются заглянуть в его детство. Именно в нём нужно искать истоки характера и личностных особенностей людей. Серьёзные литературные произведения, как правило, начинаются с описания детских лет героя, поскольку в них закладываются черты его личности и все дальнейшие события его жизни. Да и сам человек обычно с особой теплотой и лёгкой грустью вспоминает то светлое время, когда он был маленьким. Как правило, мы любим рассказывать о том, как росли, рассматривать свои детские фотографии, вспоминать какие-то мелкие, но на самом деле очень важные события своей детской жизни. В этих воспоминаниях человек черпает душевные силы, вдохновение, и защиту от повседневной пошлости, и жестокости, которыми иногда полна наша жизнь. Воспоминания о счастливом, безмятежном детстве часто помогают взрослым устоять перед жизненными невзгодами, служат барьером для проникновения в душу зла, черствости, безразличия.

Особую важность детских лет подчёркивают практически все выдающиеся писатели и поэты. Вот как писал о них Ф.М.Достоевский:

« ...Ничего нет выше, и сильнее и здоровее, и полезнее впредь для жизни, как хорошее какое-нибудь воспоминание, особенно вынесенное из детства, из родительского дома.... Если много набрать таких воспоминаний, то спасён человек на всю жизнь». А вот известная цитата из Л.Н.Толстого: **«Счастливая, счастливая, невозвратимая пора детства! Как не любить, не лелеять воспоминаний о ней? Воспоминания эти освежают, возвышают мою**

душу и служат для меня источником наслаждений». Детство у большинства людей вспоминается как самое счастливое время жизни.

Самый счастливый и важный период детства – это период от 3 до 7 лет, т.е. тот возраст, который принято называть дошкольным. Конечно, каждый период жизни хорош по-своему, но ценность и прелесть дошкольного возраста нужно подчеркнуть особо.

Это возраст, когда ребёнок уже может отдавать себе отчёт в своих впечатлениях, он может осознать и рассказать, что видел, что его волнует, что он хочет. Воспоминания дошкольного детства (в отличие от самых первых лет жизни) надолго остаются в памяти человека и освещают его зрелые годы.



Это возраст, когда каждый день происходят новые встречи – с бабочками и улитками, с машинами и самолётами, со сказками и песенками, с добром и злом. И каждая встреча – это открытие нового мира, это удивление, потрясение, восторг. Дошкольник напряжённо впитывает и усваивает всё, с чем он встречается. Эти встречи с новыми мирами накапливаются не только в его памяти, но

и в его душе, оформляя и формируя её.

Это возраст игры и сказки, когда воображение начинает работать так ярко, что трудно отличить выдуманное от реального. Дошкольник живёт в мире живых и говорящих игрушек, волшебства и чудесных превращений, добрых фей и злых колдунов. Игра и реальность неразличимы настолько, что нельзя сказать, когда ребёнок играет, а когда нет: он всё делает играя.

Это возраст активного действия, когда невозможно о чём-то думать или переживать «про себя», молча – обязательно нужно говорить, двигаться, что-то делать руками или ногами. Дошкольник полностью, целиком включается в то, что он делает и что происходит вокруг. Он не может быть равнодушным наблюдателем или отстранённым зрителем – даже в детском театре. Он активно вмешивается в события и бурно их переживает.



Это возраст, когда в жизнь ребёнка шумно и уверенно входят другие дети – сверстники. Он начинает строить свои отношения с другими детьми – вместе играть, отстаивать свои интересы, уступать, помогать другим. Общие игры, ссоры, привязанности, дружбы, согласия и разногласия начинают всё больше волновать и

заполнять жизненное пространство дошкольника.

Словом, это, наверное, самый прекрасный возраст жизни человека, наполненный радостью, удивлением, любовью, не омрачённый ещё никакими обязанностями и заботами. Но этот возраст быстро проходит. «Вернутся ли когда-нибудь та свежесть, беззаботность, потребность в любви и сила веры, которыми обладаешь в детстве? Какое время может быть лучше того, когда две лучших добродетели – невинная весёлость и беспредельная потребность в любви – были единственными побуждениями в жизни?» - задаёт свои

риторические вопросы Л.Н. Толстой и ответы на них, увы, однозначны. И всё же, несмотря на невозвратимость этой прекрасной поры, её могут в том или ином виде вернуть наши дети. Именно с ними и через них родители могут по-новому увидеть дождик и солнышко, червяков и бабочек, машины и самолёты. А какое счастье в первый раз отвести ребёнка в зоопарк, в цирк, в театр! Ведь любящие родители все воспринимают глазами своего ребёнка. Как хочется ему всё показать и вместе с ним пережить яркую, непосредственную реакцию. Словом, *дошкольное детство – это счастливый возраст не только для ребёнка, но и для его родителей.* Общие игры и занятия помогут уже солидным людям заново пережить эту счастливую пору дошкольного детства и уже по-новому, с высоты своего возраста оценить его важность и прелесть.



Однако, счастливое детство – это не природный дар и не прямое следствие возраста ребёнка. Оно не даётся, само собой. Это всегда результат совместной жизни ребёнка и взрослых. Оно невозможно без любви, участия и внимания родителей. Может быть, детство потому и воспринимается как самая счастливая пора жизни, что никогда потом нам не достаётся так много абсолютной и безусловной любви. Родители, бабушки и дедушки любят, а иногда просто обожают ребёнка не за какие-то особые достижения и заслуги, а просто так, за то, что он есть.

К сожалению, далеко не всегда и не у всех дошкольное детство бывает счастливым. В последнее время всё чаще встречаются несчастные родители и соответственно несчастные дети. Мир взрослых становится закрытым для детей. Явный дефицит эмоциональных и содержательных отношений с родителями в последние десятилетия наблюдается во многих семьях. Предоставленные сами себе дети дошкольного возраста не могут найти себе интересное занятие, узнать новые сказки, увидеть все краски окружающего мира, а значит пережить полноценное дошкольное детство.

Трудности родителей связаны не только с их повышенной занятостью, но и с тем, что быть родителем – дело довольно трудно.

### **Уважаемые родители, помните!**

**Детям очень важно внимание мамы и папы.  
Старайтесь ежедневно ловить счастливые  
минуты общения  
со своими детьми.**



## «Как воспитать счастливого ребенка»

Современные родители в большинстве случаев воспитывают детей иначе, чем 20 или 30 лет назад. Но, как и раньше, они хотят, чтобы их дети были счастливы, не имели проблем, хорошо учились и, чтобы у них успешно сложилась жизнь. Но как это сделать? Многие задаются вопросом: "Как воспитать детей счастливыми?" Что же нужно дать ребенку, что нужно в него



заложить с самого детства, чтобы он вырос и смог сказать про себя: "Я счастливый человек!"?

### **11 секретов родителей, которые воспитали счастливых детей!**

#### ***Общаются и проводят время вместе***

У большинства родителей сегодня действительно очень плотное расписание. Конечно, когда устал, легче всего включить ребенку телевизор. Но ведь можно проводить время с детьми так,

чтобы было интересно и им, и вам. Дети забудут, что вы им купили, а время, приятно и с пользой проведенное вместе, - никогда.

Доказано, в частности, что теплые отношения с отцом увеличивают шансы ребенка, уже будучи взрослым, создать крепкие отношения и быть счастливым в паре.

#### ***Ужинают вместе***

Ученые пришли к выводу, что регулярные семейные обеды напрямую связаны с более низкими показателями депрессии и суицидальных мыслей у подростков.

Дети, которые регулярно ужинают со своими родителями, также имеют более позитивный взгляд на будущее по сравнению с их сверстниками, которые не едят в кругу семьи. Совместные приемы пищи здорово объединяют, важно только не контролировать детей и отключать в это время телевизор.

#### ***Учат детей заботе и благодарности***

Детям важна возможность заботиться о других, умение благодарить людей, которые вносят вклад в их жизнь. Исследования показывают: люди, которые привыкли выражать благодарность, более склонны оказывать поддержку другим, более сострадательны и легче прощают, у них реже бывают проблемы со здоровьем, и они ощущают себя счастливее.

#### ***Учат детей анализировать и решать проблемы***

Чрезмерный контроль над ребенком может привести его к разрушительным отношениям в будущем. Доверяйте ребенку самому принимать решения. И пусть для начала это будет касаться малого: например, выбора одежды для

прогулки или блюда на завтрак. Так ребенку будет легче стать самостоятельным и понять, чего он хочет от жизни. Позвольте ребенку делиться с вами проблемами и помогайте ему делать наилучший выбор.

### *Учат детей общаться с другими людьми*

Исследователи Университета Пенсильвании и Университета Дюка изучили 700 детей. Первая часть исследования проводилась, когда дети ходили в детский сад, вторая – когда исследуемым исполнилось 25 лет. Оказалось, что коммуникабельные дети, которые сотрудничали со сверстниками, гораздо чаще получали высшее образование и работали полный рабочий день.

Те, кто имел ограниченные социальные навыки, чаще совершали преступления и употребляли алкоголь.

### *Меньше подвержены стрессу*

Исследования показывают, что, если близкие люди счастливы, это настроение передается и другим членам семьи. Этот же принцип действует и в отношении негативных эмоций. Если у родителей плохое настроение или постоянный стресс, то эмоциональное состояние может передаваться и детям.

### *Они развивают отношения со своими детьми*

Дети учатся заботиться и уважать, когда к ним относятся так же. Когда дети чувствуют, что родители их любят, они привязываются к ним. Эта привязанность делает их более восприимчивыми к ценностям и обучению. Планируйте регулярное, эмоционально интимное время со своими детьми - это может быть чтение перед сном, например. Делитесь с ребенком своими мыслями, интересуйтесь тем, что с ним происходит.

### *Не кричат и шлепают детей*

Привычка влиять на поведение ребенка шлепками и затрещинами не приводит к желаемому поведению. Вместо этого дети будут придумывать разные способы, чтобы не попасться в следующий раз. Все это может привести к тому, что ребенок вырастет хитрым и изворотливым. Дети, которые не испытывают эмоционального насилия в семье, лучше контролируют свои эмоции и не подвержены депрессии, у них лучше развита память.

### *Они являются авторитетом для детей*

В результате исследования, ученые выделили 3 основных типа воспитания детей: разрешительный, авторитарный и авторитетный. Родители счастливых детей чаще выбирают последний тип, при котором ребенок растет, уважая взрослых, но не “задыхаясь” от их авторитета.



Чтобы наши дети уважали и доверяли нам, мы должны признавать свои ошибки и недостатки. Мы также должны уважать детское мышление и слушать, быть честными, справедливыми. Но это не значит быть совершенными все время.

*Они не ругают за неудачи и поощряют*

*за попытки*

Дети, как и взрослые, думают об успехе одним из двух способов:

Фиксированное мышление предполагает, что характер, интеллект и творческие способности невозможно изменить. Главным в достижении успеха здесь становится избегание неудачи любой ценой.

"Менталитет роста", напротив, рассматривает неудачу по большей части как возможность проявить свои способности.

Если говорить детям, что они решили задачу из-за своего врожденного интеллекта, это вырабатывает фиксированное мышление. Если положительно оценивать старания детей, это учит «росту» мышления.

*Помогают детям справиться с их негативными чувствами*

К сожалению, дети не рождаются с умением контролировать свои чувства. Дети нуждаются в нашей помощи, чтобы правильно научиться это делать. Ведь отношения часто страдают от гнева, зависти и других негативных чувств.

Попробуйте помочь ребенку понять свои чувства и озвучить их. Подскажите ребенку способ, который поможет справиться с нахлынувшими эмоциями: нужно остановиться, сделать глубокий вдох через нос и выдох через рот и сосчитать до 5.

**«Лучший способ сделать детей хорошими –  
это сделать их счастливыми»**

**Оскар Уайльд**