

БУДЬ РЕБЕНКУ ДРУГОМ



Как стать другом своему ребенку?

Отец и мать – те образцы, на которые равняется ребенок. Половина из опрошенных детей младшего возраста сказали, что хотели бы быть таким, как их родители. В самооценках детей находят отражение те требования, ожидания, которые исходят от родителя: ребята считают, что должны быть послушными, хорошо учиться, быть умными, сильными, дисциплинированными.

Родители дороги ребенку. Он испытывает не мало тяжелых испытаний, когда родным плохо, кто-то болеет или ссорится. На вопрос, что бы ты пожелал, если бы все мог, многие дети отвечали: чтобы папа и мама были здоровы, жили всегда. В детских рисунка родители занимают центральное место, что говорит об их значимости для ребенка. В то же время дети рассказывают о несправедливости, лжи, обидных высказываниях по отношению к ним, физических наказаниях, которыми они подвергались в семье. Сложности в отношениях ребенка и родителей часто возникают из-за непонимания взрослыми переживаний детей.

Дочка просит пойти погулять, но ей запрещают, так как она не убрала свои вещи. Девочка пытается объяснить, что договорилась с подругами, ее будут ждать – безрезультатно. Тогда она убегает без разрешения. Родители возмущены, и вполне справедливо. Однако в данном случае ответственность перед другими, интерес к общению со сверстниками для девочки оказался важнее, чем запрет близких. Родители в глазах ребенка предстали как не понимающие его интересы, желания. Непонимание начинает казаться ребенку главным в отношении к нему родителей.

Неверие взрослых в силы ребенка вызывает у него протест уже в трехлетнем возрасте. У дошкольника это вызывает возмущение и обиду. Детям свойственно стремление быть на уровне своих сверстников, быть «не хуже других». Запреты взрослых этому препятствуют, мешают продемонстрировать свою самостоятельность. В действиях взрослых нередко проявляется стремление застраховаться от неприятностей, неожиданных поступках ребенка. Они стремятся запретить ему все, что им кажется опасным, вредным, что может вызвать конфликты, создает у малыша

представление, что его считают маленьким, несмышленым. Страх быть униженным, особенно в глазах товарищей, отрицательно сказывается на самочувствии ребенка.

Позиция взрослых по отношению к дошкольнику как к существу, мало что знающему, умеющему, понимающему, может выражаться в пренебрежительных высказываниях, в унижающих его достоинство, оценках, эпитетах. Власть родителей велика: материальные возможности, жизненный опыт, физическая сила, все на их стороне. Авторитет взрослого навязывается силой, которой ребенок вынужден подчиняться. Вырастая, он может остаться зависимым от родителей, их мнений, требований. Но возможно и другое: постепенно будет зреть протест, несогласие, отторжение от семьи.

Дружба родителей и детей – это особые отношения, которые требуют, прежде всего, взаимного уважения, умения взрослого понимать ребенка, сопереживать ему, проявляя такт в общении с ним.

В тоже время родитель остается старшим, опытным, ответственным за жизнь, дела, развития своего чада. Как, то и другое, можно сочетать в отношениях с детьми, как стать для них источником опыта, который они принимают добровольно?

Лучший путь – постараться встать на место ребенка, вспомнить собственное детство и с позиции сегодняшнего опыта дать совет. Так, например, дочка рассказала родителям о своих переживаниях по поводу конфликта с подругой. Родители, выслушав ее, попросили объяснить, из-за чего произошла ссора. Рассказывая, девочка сама поняла, что конфликт возник из-за пустяка. Тогда родители стали вспоминать случаи из своего детства и вместе с дочкой искать способ, как исправить недоразумение. Вскоре подруги помирились, а родители поднялись еще на одну ступень доверия своего ребенка. Другие родители в аналогичном случае стали высмеивать причину ссоры, называть подруг глупыми. Такое отношение к переживаниям девочки вызвало у нее глубокую обиду и уверенность, что взрослые не хотят ее понять. Отсюда следует еще один совет родителям, желающим строить дружеские отношения с ребенком: ***стремитесь чувствовать, понимать, принимать его душевный мир.***

Основы дружбы с родителями зарождаются из доверия ребенка ко взрослому, понимания последним детских переживаний, мыслей, устремлений, из умения взрослых поставить себя на место ребенка.



«Правила общения с ребёнком»

Разговаривайте друг с другом

У каждого человека есть потребность говорить с окружающими и слушать, что говорят они. Нормальное полноценное общение друг с другом необходимо и детям, и родителям.

Учитесь слушать ребенка

Способность слушать - ключ к взаимопониманию. Ваш ребенок хочет, чтобы его слушали, не перебивали, не вступали с ним в спор, интересовались его чувствами, взглядами, мыслями, идеями, не настаивали на том, чтобы он слушал только взрослого.

Рассказывайте детям о себе

Если вы можете поделиться с ребенком своими неудачами, проблемами и бедами он легче увидит в вас не только родителя, но и друга, с которым он может, в свою очередь, поделиться чем-то важным.

Умейте поставить себя на место ребенка

Посмотрите на мир глазами своего ребенка, вспомните, как, возможно, и ваши родители критиковали ваши «клеши», длинные волосы, «битлов» и Высоцкого. Дайте детям почувствовать, что вы их понимаете.

Будьте рядом

Важно, чтобы дети знали, что дверь к вам всегда открыта, что у них есть возможность поговорить или просто побыть рядом с вами.

Будьте тверды и последовательны

Твердость - не значит агрессия. Это значит, что детям известны ваши взгляды на жизнь и естественное желание, чтобы их уважали. Не меняйте своих позиций под влиянием ситуаций. Хорошо, если в семье есть определенные правила и ограничения, которые меняются с возрастом ребенка. Например, полезное семейное правило - звонить, если задерживаешься. Ему должны следовать и дети, и взрослые.

Старайтесь все делать вместе

Нужно как можно активнее развивать круг интересов детей, чтобы показать им альтернативу, если вдруг им представится выбор.

Дружите с друзьями своего ребенка

Пусть они приходят к вам в дом, или вам должно быть известно место, где они собираются.

Помните, что каждый ребенок - особенный

Помогите ему поверить в себя, решиться сделать то, что у него до этого не получалось.

Показывайте пример

Вы - пример для вашего ребенка. Помните об этом, и сами старайтесь соответствовать тем строгим требованиям, которые предъявляете к своему ребенку.

«Правила эффективного слушания»

(сформулированные Ю.Б. Гиппенрейтер)

Уделяйте общению с ребенком специальное время.

Слушайте его внимательно, не отвлекаясь на посторонние дела, реагируйте на ту или иную информацию, которую сообщает ребенок (жестами, выражением лица, вопросами). Отложите свои дела, отключитесь от всего постороннего и обратите внимание на ребенка.

Сохраняйте терпение, когда дети не могут сразу что-то сказать.

Так как их головы переполняют новые мысли и слова, то им всегда нужно больше времени на то, чтобы сложить их во фразы. А когда детей переполняют эмоции, то процесс становится еще труднее.

Помните о том, какое впечатление и влияние на ребенка могут оказать ваши слова.

Дети очень чувствительно реагируют на замечания, в том числе и на невербальные выражения эмоций. Тон голоса, выражение лица, нахмуренные брови или улыбки – все влияет на то, как ребенок воспримет реакцию взрослого.

Задавайте вопросы, чтобы показать свою заинтересованность и участие.

Пусть они будут простыми и короткими. Вопросы, задаваемые взрослыми, также помогают детям развивать в себе умение правильно слушать.

Используйте формулу «Я сообщения».

Когда ты... (действия ребенка), я чувствую... (свои чувства), потому что... (объяснение, почему действия ребенка вызывают описанные чувства). Мне бы хотелось, чтобы... (описание желаемого хода развития событий, обозначение своей роли и роли ребенка). Например, «Когда ты перебиваешь меня во время разговора с папой, я сержусь, так как твои вопросы мешают мне сосредоточиться и объяснить ему, что нам нужно сделать. Мне бы хотелось, чтобы задавал вопросы после того, как я закончу разговор».



«10 ВОЛШЕБНЫХ СЛОВ при общении с ребенком»

Привычные фразы	ВОЛШЕБНЫЕ СЛОВА
1. Вместо раздраженного: «Пошли скорее, сколько тебя ждать!»	Скомандовать: «На старт, внимание... марш! Побежали!»
2. Вместо угрожающего: «Ешь, иначе не получишь десерт.»	Обрадовать: «После того, как исчезнет эта крооохотная котлетка, к тебе прилетит что-то вкусное»
3. Вместо грубого: «Убери за собой»	Произнести мечтательным голосом: «Вот если бы ты был волшебником, и смог бы заколдовать порядок на столе...»
Вместо рассерженного: «Не мешай!»	Сказать: «Иди, поиграй немного сам. А когда я освобожусь, мы устроим мини-праздник»
Вместо недовольного: «Не капризничай, пиратская футболка в стирке, надевай ту, которая есть»	Примирить с неприятностью: «Смотри-ка, а вот родственница твоей пиратской футболки. Давай ее наденем?»
Вместо риторического: «Ляжешь ты, наконец, спать!»	Поинтересоваться: «Показать тебе хитрый способ укрывания одеялом?»
Вместо злого: «По попе захотел?»	Выпустить пар: «Интересно, кому это я сейчас уши оторву и шею намылю?»
Вместо бессильного: «Чтобы я никаких «не хочу» не слышала!»	Неожиданно закричать: «Ой, смотри, капризка прибежал. Лови, лови его, чтобы он нам настроение не портил!»
Вместо нудного: «Сколько раз повторять»	Сказать таинственным шепотом: «Раз-два-три, передаю секретную информацию...»
Вместо менторского: «Руки помыл?»	Предложить: «Спорим, что вода с твоих рук потечет черная?»

Удивительно, что стоит заменить привычные замечания новыми словами и меняется все – интонация, ваше настроение, а главное - реакция ребенка.



Рекомендации родителям по воспитанию детей

1. Принимайте ребенка таким, какой он есть, и всегда, и везде, при любых обстоятельствах, независимо ни от чего ребенок должен быть уверен в вашей искренней, безоговорочной любви к нему;
2. Поверьте в неповторимость вашего ребёнка, в то, что он уникален, не похож на других детей и не является вашей точной копией. Поэтому не стоит требовать от него реализации заданной вами жизненной программы и достижения, поставленной вами цели. Дайте своему ребёнку право прожить собственную жизнь.
3. Помните, что в любых неприглядных поступках и свойствах характера вашего ребенка следует винить прежде всего себя — значит, где-то вышла ошибка, которую необходимо исправить.
4. Не стесняйтесь проявлять свою любовь к ребёнку, дайте ему понять, что вы любите его при любых обстоятельствах.
5. Выбирая орудие воспитательного влияния, прибегайте большей частью к ласке и поощрению, а не к наказанию и осуждению.
6. Старайтесь, чтобы ваша любовь не превратилась на вседозволенность и безнадзорность. Установите чёткие границы дозволенного и позвольте ребёнку свободно действовать в этих границах. Желательно, чтобы запретов было немного - только главные. Неуклонно придерживайтесь установленных вами запретов и дозволенного.
7. Никогда не давайте ребёнку негативных оценочных суждений его личности: «ты плохой», «ты лживый», «ты злой». Оценивать необходимо только поступок. Необходимо говорить: «Твой поступок плохой, но ты - же хороший мальчик и в дальнейшем не должен так делать».
8. Старайтесь влиять на ребёнка просьбами, если просьбы не выполняются, убедитесь, что они соответствуют возрастным особенностям ребёнка, и только после этого можете переходить к прямым инструкциям и приказам. В случае откровенного непослушания родители могут думать про наказания.
9. Ребёнок должен чётко понимать, за что его наказали. Ребёнок должен бояться не наказания, а того, что он может досадно огорчить вас. Наказан - прощён. Про старое забыто. Наказание не должно восприниматься ребёнком как преимущество вашей силы над его слабостью, как унижение.
10. Не забывайте, что путь к детскому сердцу лежит через игру. Именно в процессе игры вы можете передать необходимые навыки, знания про жизненные правила и ценности, сможете лучше узнать один другого.

11. Чаще говорите с ребёнком, поясняйте ему непонятные явления, ситуации, суть запретов и ограничений. Помогите ему научиться высказывать свои желания, чувства и переживания.

12. Ежедневно интересуйтесь делами, проблемами, переживаниями ребёнка, его достижениями.

13. Приучайте к самообслуживанию, формируйте трудовые навыки и любовь к труду (поддерживайте инициативу и желание помогать вам).

14. Всегда внушайте ребёнку, что он сможет все, если будет верить в себя и будет постоянно над этим работать; воспитывайте уверенность в себе;

15. Поймите, что нет готовых рецептов в воспитании, только внимательное отношение к миру ребёнка, ваша интуиция, внутренний голос дадут возможность правильно понять вашего ребёнка и выработать согласованные формы поведения.

Удачи вам и душевного благополучия!

