|  |
| --- |
|  |
| **Памятка для родителей**    **Принципы отношений родителей с детьми**  Я хочу, чтобы меня любили. Поэтому я буду открыт моим детям.  Я так мало знаю о сложных лабиринтах детства. Поэтому я буду с удовольствием учиться у детей.  Я лучше всего усваиваю знания, полученные в результате собственных усилий. Поэтому я объединю свои усилия с усилиями ребенка.  Я люблю, чтобы меня принимали таким, каков я есть. Поэтому я буду стремиться сопереживать ребенку и ценить его.  Я - единственный, кто может прожить мою жизнь. Поэтому я не буду стремиться к тому, чтобы управлять жизнью ребенка.  Я черпаю надежду и волю к жизни внутри себя. Поэтому я буду признавать и подтверждать чувство самостоятельности ребенка.  Я чувствую страх, когда я беззащитен. Поэтому я буду прикасаться к внутреннему миру ребенка с добротой, лаской, нежностью.  Я не могу полностью оградить ребенка от страха, боли, разочарования и стрессов. Поэтому я буду стараться смягчать удары.    **Правила общения**  Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не самим ребенком.  Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или непозволительными они ни были.  Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перейдет в неприятие его.  Покажите ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы, возможно, думаете, но не говорите.  Признайте ребенка здесь и сейчас, на основе настоящих событий.  Сохраняйте дружелюбный тон!    **Как поддержать самоценность ребенка**  Безусловно принимайте ребенка.  Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.  Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)  Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам.  Помогайте, когда он просит.  Поддерживайте каждый успех.  Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.  Конструктивно решайте конфликты.  Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.  Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.    **Как научить детей общаться**  Счастье очень во многом зависит от умения ладить с другими людьми. Поэтому одна из главных задач родителей - помочь детям в развитии социальных навыков.  Вам просто необходимо научить своего ребенка устанавливать хорошие взаимоотношения с другими людьми.  Социальный успех определяется рядом условий:  Личная привлекательность. Важно объяснить как можно раньше ребенку, что человеческая привлекательность - это гораздо больше, чем природная красота. Даже самые некрасивые люди могут стать более привлекательными с помощью простых средств: аккуратность и чистоплотность, хорошие манеры, овладение каким-либо умением.  Навыки общения. Как можно чаще разговаривайте с детьми. Если дети в таких беседах научатся выражать свои мысли и чувства, обсуждать самые разнообразные вопросы, для них не составят труда непринужденные разговоры с другими людьми. Одно из важнейших условий для развития у ребенка навыков межличностного общения - обширная и многообразная практика.  Помогите ребенку стать хорошим другом. Ваш ребенок должен быть чутким, порядочным и отзывчивым, уметь дарить любовь и теплоту, быть надежным другом, уметь откликаться на чужую беду.  В детстве важнейшим состоянием ребенка является ощущение своей защищенности. Для этого родители должны помочь ему вырабатывать положительную самооценку.  Верьте в своих детей. Цените их, постарайтесь оказывать гостеприимство людям, которых ваши дети выбрали в друзья, даже если вы не одобряете их выбор.    **Родителям о наказаниях**  Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.  Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.  Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.  Шлепки могут только утвердить, но не изменить по­ведение ребенка.  Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.  Задача дисциплинарной техники - изменить желания ребенка, а не только его поведение.  Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преображает его.  Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.  У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть, - как сразу возникнет конфликт.  Частые наказания побуждают ребенка оставаться ин­фантильным.  Наказание может заставить ребенка привлекать внима­ние родителей любыми средствами.  Нельзя наказывать ребенка до 2,5-3 лет.    **Чем заменить наказания?**  Терпением. Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.  Объяснением. Объясните ребенку, почему его поведе­ние неправильно, но будьте предельно кратки.  Отвлечением. Постарайтесь предложить вашему ре­бенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется. Неторопливостью. Не спешите наказывать сына или дочь - подождите, пока поступок повторится.  Наградами. В конце концов, они более эффективны, чем наказание.    **Чему необходимо научить ребенка?**  Любить себя. Любовь к себе - наиболее фундаментальная и сущест­венная из всех способностей. Пока ребенок не будет ценить собственную жизнь, он не станет деятельным, а значит, не сможет реализовать себя.  Интерпретировать поведение. Ребенок попадает в различные жизненные ситуации, в которых он может просто растеряться. Если ребенок нау­чился понимать и объяснять поведение людей, он не будет склонен огорчаться в подобных ситуациях. Например, учи­тельница накричала на него. Он может подумать о том, что у нее сегодня сдали нервы, она очень устала, в классе много шалунов, которые ей мешают.  Ребенка надо учить объяснять собственное поведение. Он сможет объяснить, как он вел себя на уроке, хорошо это или плохо, почему это с ним случилось и что при этом чувствует. Тогда он лучше сможет понять, чего от него хотят, что он делает не так и почему с ним это случается.  Общаться с помощью слов. Ребенок, который может объяснить, что с ним происходит, словами, помогает другим лучше понять себя и этим снимает многие проблемы и неприятности. Вот он, как кажется учи­телю, заупрямился, не стал отвечать и весь день ничего не делал. Учителю не будет так казаться, если ребенок просто скажет, что сначала он очень испугался, потому что его никогда не спрашивали первым, а потом огорчился, что ему поставили двойку, и весь день было так обидно, что знал стихотворение и не ответил, что хотелось плакать.  Понимать различия между мыслями и действиями. Ребенок не может чувствовать одно, думать о другом, а действовать в третьем. У него детская, чистая коммуника­ция. Если он о чем-то переживает, надо научить его говорить о своих чувствах, а не переводить их в постоянные мысли, которых он боится или стесняется. Тогда его душевная боль проходит, и детское сознание может воспринимать учебную или другую задачу, которую он реализует в действии. По­этому рекомендуется помогать ребенку отреагировать свои негативные эмоции через рассказ, игру, драматизацию, ри­сунок, пантомиму: «Нарисуй, покажи, расскажи, проиграй, что тебя сейчас тревожит, а потом мы начнем с тобой делать уроки!»  Интересоваться и задавать вопросы. Все разговоры о подготовке детей к школе, интересе к учению, познавательных способностях окажутся излишними, если мы перестанем интересоваться и реагировать на заме­чательные вопросы, которые дети задают себе и окружаю­щим: «Почему солнце не падает с неба?», «Почему рыба не захлебывается в воде?», «Почему люди стареют?»...  Если мы хотим поддерживать инстинкт любознательно­сти, мы должны убедиться, что уже к пяти годам ребенок упивается своими вопросами и знает, что есть способы, как найти на них ответы. Детей надо учить самих вылавливать ответы на вопросы, помогать искать и находить их.  Понuмать, что на сложные вопросы нет простых ответов. Ребенок столкнется в жизни с серьезными вопросами, социальными и научными проблемами. Не надо постоянно твердить ему: «Ты еще маленький», «Не твоего это ума дело», «Вырастешь - поймешь». Можно приоткрыть завесу и показать, что не на все вопросы есть однозначные ответы. Этим мы будем развивать стереоскопическое, глобальное, а не только черно-белое мышление ребенка.  Не бояться неудач. Чтобы научиться чему-либо, ребенок не должен бояться ошибок и неудач. Детям надо помочь понять, что на ошибках можно учиться. Тем более нельзя за это унижать и нака­зывать детей. Ребенок, который боится ошибок и неудач, вырастет неуверенным в себе человеком, настоящим неудач­ником.  Доверять взрослым. Ребенку необходимо доверять взрослым, но доверие раз­рушается, если родители в угоду ребенку постоянно играют с ним в разные игры и обманывают: «Съешь кашу, станешь большим», «Мама всегда говорит правду», «Папа самый силь­ный и смелый».  Иногда родители думают, что ребенок не станет им до­верять, если узнает об их слабостях. Мы не нарушим доверия ребенка, если признаем человеческое несовершенство.  Думать самому. Чувство собственной уникальности и способности к вы­бору - жизненно важная часть человеческого существова­ния. Этой способности легко научить, если просто поощрять ребенка в том, чтобы он высказывал свое суждение, не боясь, что его накажут или будут над ним смеяться. Никто из нас не хочет воспитать человека, слабого духом или слабого интеллектуально. Мы хотим, чтобы наши дети принимали серьезные решения, обладали здравым смыслом и собствен­ными убеждениями. Для этого не надо ждать, пока ребенок окончит школу или станет совершеннолетним. Надо уже се­годня демонстрировать свое уважение к личности ребенка.  Знать, в чем можно полагаться на взрослого. К пяти годам ребенок должен знать, что существует много ситуаций, с которыми он не может справиться. Он не может справиться с компанией старших детей, с диким поведением группы и многими другими случаями. Нам необходимо объ­яснить детям, что взрослые, родители могут быть настоящи­ми друзьями ребенка, которые приходят на помощь в труд­ную минуту, которые могут понять их и уважают их права. |