Консультация для замещающих родителей на тему:

**«Формирование сознательного родительства – мифы и реальность?!»**

Все мы знаем знаменитую пословицу: «Слово не воробей, вылетит – не поймаешь», но почему-то в некоторых ситуациях напрочь забываем и говорим близким людям обидные и неприятные слова. Иногда, когда ребенок неправильно себя ведет, и с родительских уст срываются фразы, о которых они потом жалеют. Взрослый человек может пропустить сказанное мимо ушей и попросту не обратить внимания, детское же восприятие устроено по-другому, и однажды услышанные неприятные слова надолго отпечатываются в памяти малыша, порой доводя его до самого настоящего стресса.

Родители – самые важные люди в жизни ребенка, и любое обидное слово, сказанное ими случайно в порыве гнева, воспринимается малышом очень болезненно. Именно поэтому мамам и папам стоит помнить о тех фразах, которые ни при каких обстоятельствах не стоит говорить своему ребенку.

«Я тебя не люблю»

Самые страшные слова, которые может услышать ребенок от своих родителей — это фраза «Я тебя больше не люблю». Малыш, слыша такую фразу от самого близкого и родного человека, воспринимает ее однозначно: «Мама меня больше не любит, я ей не нужен, я плохой». Это сильная психологическая травма для малыша, которая может привести к тяжелым последствиям. Даже если родители вовремя опомнились и сказали, что просто пошутили, эти страшные слова навсегда останутся в памяти ребенка, и время от времени он будет о них вспоминать.

«Ты никому не нужен»

Очень часто родители, стремясь помочь ребенку преодолеть какой-либо страх, например, темноты или злого гоблина, который прячется под кроватью, говорят ему: «Да кому ты нужен? Никто тебя не съест!» Несмотря на то, что мама с папой по-своему пытаются помочь малышу и ничего плохого вовсе не имеют в виду, ребенок воспринимает эту фразу по-своему: ему начинает казаться, что он плохой, он не достоин внимания, любви и заботы. Естественной реакцией на такие слова становится замкнутость, боязнь общения со сверстниками, снижение собственной самооценки. Гораздо лучше в аналогичной ситуации сказать малышу, боящемуся воображаемых монстров, о том, что он вам слишком дорог, и вы ни за что его не отдадите никакому Бабайке, Кощею или злому дракону.

Иногда из уст родителей вылетают похожие фразы и в других ситуациях. Когда мама, устав от капризов малыша, говорит: «Я делаю тебе одолжение, что живу с тобой, потому что кроме меня ты никому больше не нужен!» - она даже не подозревает, что наносит своему ребенку психологическую травму. Лучше всего раз и навсегда забыть подобные высказывания, поскольку малыш начнет считать себя хуже остальных, и это вызовет большие проблемы в его общении со сверстниками.

«Я тебя отдам!»

Некоторые родители, безуспешно пытающиеся справиться с капризным ребенком, прибегают к угрозам: «Если не съешь кашу, я позову Бабу-Ягу, и она тебя заберет», «Будешь плохо себя вести, я вызову милиционера» и так далее. Дети с хорошим чувством юмора и крепкими нервами лишь улыбаются в ответ на такое заявление со стороны родителей, но ведь далеко не все малыши могут похвастаться сильным характером, и в результате боязливые и тревожные дети могут заработать себе самую настоящую фобию. Эмоциональное напряжение малыша, который постоянно испытывает страх, может в конце концов привести к настоящему нервному срыву: ребенок будет бояться остаться в одиночестве, спать с выключенным светом, выходить на улицу без сопровождения взрослых. Своими угрозами родители лишают малыша чувства спокойствия и защищенности, и вместо этого вынуждают его жить в атмосфере постоянного страха и тревоги.

«Ты плохой!»

Когда у родителей не получается вразумить свое чадо и прекратить ссору, на помощь им приходит последний довод — фраза: «Ты плохой!». Дети в самые первые годы жизни всегда безоговорочно верят любому сказанному слову, поэтому, когда родители внушают им, что они плохие, грязнули, жадины, невоспитанные, малыши действительно начинают чувствовать себя такими и, войдя в роль, ведут себя соответственно.

Родителям, желающим показать малышу неприемлемость его поведения, лучше пользоваться не осуждающими конструкциями («Ты плохой», «Ты вредный», «Ты — неряха»), а более мягкими вариациями: «Ты плохо поступил», «Сейчас ты вредничаешь, но я подожду, пока перестанешь», «Твои игрушки разбросаны по всей комнате, собери их, пожалуйста».

«Не делай этого!»

Все мамы и папы заботятся о безопасности своего ребенка, но зачастую переусердствуют в этом, стремясь облегчить его жизнь, насколько это возможно. От таких родителей малыш постоянно слышит: «Не ходи туда — упадешь!», «Не трогай — разобьешь!», «У тебя не получится, я лучше сама сделаю!». Специалисты в области детской психологии утверждают, что подобные фразы подсознательно программируют малыша на неудачу. Постоянно слыша такие слова, ребенок начинает думать, что он неловкий, неуклюжий и ничего не способен сделать сам, потому что это получается у него плохо. Результатом становится потеря веры в себя и свои возможности, нежелание браться за какие-то дела и отсутствие инициативы. Родителям стоит хотя бы иногда поощрять попытки малыша довести начатое дело до конца, не прерывая его занятие и не стремясь все сделать за него.

«Никому не верь!»

Еще одна крайность, которая порой преследует мам и пап — это желание вырастить ребенка слишком самостоятельным. Предупреждая малыша о возможных трудностях, которые могут его поджидать во время выполнения того или иного действия, такие родители любят говорить: «Надейся только на себя!», «Никто за тебя делать ничего не будет!», «В мире мало добрых людей, поэтому никому не верь!». Малыши, которые постоянно слышат о том, что окружающий мир жесток и несправедлив, сами вырастают агрессивными, недоверчивыми и замкнутыми. Чтобы такого не произошло, родителям не стоит забывать о том, что дети изначально смотрят на мир позитивно, и только неправильное воспитание настраивает их на конфликты с окружающими.

«Почему ты не такой, как…?»

Еще один «любимый» раздел родительского кодекса воспитания — критика в форме сравнения. Очень часто в лексиконе отчаявшихся мам и пап проскакивают фразы: «Ну почему ты не такой, как твой брат?», «Почему ты не ведешь себя, как Петя?», «Вот Наташа уже умеет считать до двадцати, а ты так и не научился!». Дети очень болезненно реагируют на любое сравнение, особенно когда речь идет о родных братьях и сестрах, поэтому такая критика всегда вызывает в них тягу к нездоровому соперничеству. Малышам очень важно, чтобы родители принимали их такими, какие они есть, со всеми их недостатками.

Точно такую же реакцию провоцируют у детей и завышенные требования: «Почему ты занял второе место, а не первое?», «Почему ты получил четверку по рисованию, а не пятерку?». Такие фразы ударяют по самолюбию малыша и заставляют их чувствовать себя недостаточно хорошими в глазах мамы и папы. Гораздо лучше не критиковать своего малыша, а высказывать ему свое одобрение: «Ты получил четверку, но я все равно тобой горжусь!», «Второе место тоже хорошо, значит, есть к чему стремиться на следующих соревнованиях!», «Главное — не победа, а участие!». Детям важно чувствовать понимание и поддержку родителей, ведь это самая лучшая для них мотивация в достижении будущих успехов.

**Советы и рекомендации родителям**

Что означает «быть ответственным родителем»?

Устанавливать жесткую дисциплину или стать другом своему ребенку?

Оберегать или дать возможность учиться на своих ошибках?

Направлять развитие ребенка или позволить ему идти собственной дорогой?

У родителей всегда вопросов больше, чем ответов.

Каждый родитель выстраивает взаимодействие с ребенком по-своему, исходя из собственных ценностей, опыта и представлений.

**Ты меня слышишь?**

Но есть и что-то общее, из чего складывается понимание ответственного родительства.

Уважение: умение слушать ребенка и ценить его как полноправную личность.

Забота: давать необходимую ребенку любовь, тепло и безопасность.

Руководство: определение рамок поведения ребенка, помощь в освоении правил, существующих в обществе.

Развитие способностей ребенка.

Воспитание без применения насилия: исключение всех телесных и психологических форм наказания, унижающих достоинство ребенка.

Эти принципы помогут не только сделать воспитание более успешным. Ваше общение с ребенком станет более конструктивным.

Это сайт для вас, родителей, которые не боятся идти своим путем, но всегда открыты новому опыту, готовы всерьез размышлять о методах воспитания и взаимодействия с ребенком.

Рецептами семейного благополучия делятся на нашем сайте как обычные родители, так и известные люди, а помощь и поддержку в сложных жизненных ситуациях вам всегда готовы оказать наши эксперты.

*Избирательный слух* – это черта присущая каждому ребенку. Промелькнувшая случайно в родительском разговоре фраза о том, что на выходных планируется совместный поход в кино не ускользнет от детского уха, а сказанное уже в десятый раз мамино "пора ужинать!", кажется, так и повиснет в воздухе, пока мама не перейдет к более жестким мерам.Как же мы можем достучаться до ребенка и избавить себя от необходимости бесконечно повторять наши просьбы или указания?

Для начала хорошо бы заручиться уверенностью, что ребенок нас слышит. Причин «глухоты» может быть множество: ребенок действительно не услышал (находился в другой комнате, например); ребенок увлечен чем-то интересным и внешние звуки не доходят до его сознания; ребенок расстроен, рассержен и не хочет никак реагировать. Поэтому всегда старайтесь обращаться к ребенку, находясь рядом с ним. Если ребенок чем-то занят и есть реальная необходимость его отвлечь, окликните его сначала, попросите посмотреть на вас. Хорошо если вы поддерживаете зрительный контакт - это верный способ донести нужную вам информацию. Особенно это важно с маленькими детьми.

Выработайте привычку сообщать информацию только один раз, максимум два раза, (чтобы уж точно убедиться, что вас услышали). Это довольно сложный навык, так как мы зачастую сами выросли в условиях, где нам все повторяли по двадцать раз. Нашими родителями тогда и нами сейчас двигало и движет желание добиться послушания в ответ на свое требование во что бы то ни стало. Но нет ничего страшного если ребенок пропустит ужин или опоздает на него, зато с большой долей вероятности, когда сын или дочь все же появятся на кухне и с недоумением обнаружат, что их ужин остыл или придется есть одиночестве, в следующий раз они будут более внимательно относиться к вашим словам.

*Меньше слов – больше информации.* Старайтесь выражать свои мысли максимально четко и лаконично без длинных объяснений и предисловий: "Ужин на столе!" вместо "Я уже все приготовила и накрыла на стол, приходите ужинать!". И чем ребенок младше, тем меньше слов следует использовать для сообщения указаний и запретов. Используйте только самые лаконичные и информативные слова и фразы: "Иди в ванную, вымой руки", "Снимай шапку, затем варежки, затем куртку". Не старайтесь преуспеть в вежливости, когда пытаетесь добиться от малыша выполнения инструкций – лишняя информация только сбивает с толку. То, что вы строите ваши фразы без вежливого слова «пожалуйста», совсем не значит, что вы неуважительно обращаетесь с малышом, но вы помогаете ему лучше понять смысл обращенных к нему фраз.

*Слушайте ребенка.* Это полезная привычка для всех членов семьи. Нельзя добиться от ребенка моментального отклика на ваши просьбы, если вы сами замечены в том, что зачастую не торопитесь отзываться на его просьбы.

*Смягчите голос*. Крик, раздраженный голос, высокие тона редко бывают информативны, чаще они оскорбляют и заставляют ребенка закрываться еще больше. Любые просьбы, наставления, запреты даже требования стоит произносить тоном уверенным, но мягким и по возможности ласковым. Подумайте о том, что мы часто просим ребенка делать вещи, которые ему не нравятся, стоит ли омрачать их еще и неуважительными нотками в нашей речи?

*Будьте последовательны*. "Если ты не уберешь конструктор на место, я его выброшу" - не редко в гневе произносят родители. Но для того чтобы ваши слова всегда имели вес и уважение у ребенка, вам необходимо после такой фразы на самом деле выбросить конструктор, если он продолжает лежать разбросанным на полу. "Ну как же выбросить? Он же такой дорогой!" - скажет иной родитель. Вывод один – никогда не говорите того, чего вы не готовы сделать. В случае с конструктором его можно куда-то убрать или отдать на время, если ситуация с беспорядком в детской комнате достигла запретных границ. Еще один распространенный пример: мама, пытаясь увести малыша с детской площадки, угрожает ему: "Ну все! Я ушла!". И сама, конечно же, не уходит. Идея последовательности не в том, что нужно уйти и оставить ребенка одного, а в том, что не следует произносить того, что вы не сможете выполнить.

*Давайте время*. Это зависит от ребенка, но зачастую дети не способны реагировать на просьбу или требование немедленно. Им требуется время, чтобы осознать ваши слова, выстроить в своей голове план действий. Если ребенок не отправился чистить зубы в ту же минуту – совсем не значит, что он не услышал вас. Дайте ему время, а если требуется поторопить ребенка, просто кратко напомните "Зубы!".

*Подходите к делу творчески*. Адель Фабер и Эйлен Мазлиш посвятили описанию способов донести до ребенка информацию отдельную главу своей знаменитой книги «Как говорить с детьми, чтобы они слушали, и как слушать детей, чтобы они говорили». Известные эксперты в вопросах воспитания приводят много практических рекомендаций и зачастую совсем не стандартных подходов, которые помогут родителям добиться от детей отклика на просьбы или указания. Вот некоторые из них:

"Для чтения сказки приглашаются дети в пижамах и с почищенными зубами" - гласит записка, влетевшая в детскую в виде сложенного самолетика.

"Ой, что-то спать уже хочется, - "говорит" любимый ребенком плюшевый медвежонок, "выглядывая" из-за угла, - пойду-ка я, пожалуй, в постель. А ты идешь? Мама нам обещала новую сказку почитать". Конечно, медвежонка оживил папа и ворчливым голосом озвучивает игрушку, выглядывающую из-за угла.

"Пожалуйста, помой меня!" - написано на зеркале в ванной.

"Съешь меня, я очень вкусный!" - гласит записка, прикрепленная к кастрюле с супом в холодильнике.

Дети любят играть и не любят рутину. Разнообразить их жизнь и сделать привычные дела не такими уж тоскливыми в наших силах. В награду мы получим спокойную обстановку в доме и сохраним добрые и дружественные отношения с нашими детьми, которые будут готовы слушать и слышать нас чаще.