



Что нужно говорить ребенку в детстве, чтобы он вырос счастливым взрослым

Что нужно говорить ребенку в детстве, чтобы он вырос счастливым взрослым? Что недоговорили наши собственные мамы и папы, и за что мы таим обиду на них? Попробуем найти ответы на эти вопросы и научиться говорить детям простые, но очень важные слова. Уважаемые родители, предлагаю вам, познакомится с результатами опроса, проведенного среди 60 взрослых мужчин и женщин. Всем им предлагалось рассказать о том, каких слов им не хватало, когда они были маленькими, причем не хватало до такой степени, что это повлияло на их мировоззрение и самооценку. Результат получился очень интересный, если особенно учесть тот факт, что ответы людей разного пола и возраста оказались удивительно похожими.

Я в тебя верю

40% респондентов не хватило слов поддержки, причем разным людям – разной: «Ты молодец!», «У тебя все получится», «Ты красавица!», «Ты хорошая!», «Попробуй, ты сможешь это сделать!», «Ты справишься!», «Я в тебя верю!». Познание мира не обходится без неудач, но чтобы вырастить самостоятельных людей, важно не отбить у детей желания самим решать свои проблемы. Вместо того чтобы говорить «Дай я сама сделаю», лучше подбадривать ребенка в случае неудачи, поощрять его искать выход из ситуации: «Попробуй еще раз, я уверена, что скоро у тебя получится». Такой подход дает ребенку психологическую опору, в отличие от слов: «И в кого ты у меня такой... (неуклюжий, грязнуля и т.п.)?» Нужно объяснять ребенку, как важно не сдаваться и быть открытым для новых решений. «Что бы ни случилось, мои родители верят в меня» – уверенность в этом помогает свернуть горы. Если же родители постоянно сомневаются в своем ребенке: «Ты же этого не сможешь!» – он в конце концов замыкается в себе, чувствует себя покинутым.

Я тебя люблю

Пятая часть (20%) опрошенных людей мечтала услышать от родителей о том, что те любят их, вот только папа с мамой либо никогда этого не говорили, либо говорили слишком редко. Дети, родители которых искренне говорят о своей любви, вырастают успешными, уравновешенными и счастливыми людьми. Таким детям море по колено, потому что за их спиной стоят любящие родители. В семьях, где о детях заботятся, но о любви не говорят, как будто она сама собой предполагается, дети чаще вырастают тревожными, неуверенными в себе. Дети должны знать, что их любят просто так, без условий, ради них самих, поэтому ни в коем случае нельзя связывать это чувство с какими-нибудь условиями: «Ты не убрал в комнате, теперь я тебя не люблю». Лучше сказать: «Я тебя очень люблю, но то, что ты не убираешь в комнате, меня огорчает». Ребенку важно говорить о том, что вы любите его несмотря ни на что, – даже когда вы ссоритесь или находитесь далеко друг от друга. Если ребенку с детства внушать, что он любимый, красивый и хороший, то в будущем он не будет страдать по поводу своего несовершенства и вступать в отношения, в которых его не уважают и не ценят.

Правда о семье

Еще 20% респондентов, жаловались на то, что им не хватает информации о своем происхождении. Большинство людей хотели бы больше знать о своих бабушках и дедушках, а также об истории знакомства родителей.

Это важно потому, что за спиной каждого из нас стоит история рода: огромное количество поколений, благодаря которым мы появились на свет. О происхождении семьи в послереволюционные и военные годы, о прошлом прабабушек и прадедушек во многих семьях не говорили – это было негласное табу. И только сейчас, постепенно мы начинаем исцеляться от этой

травмы: ощущать свою принадлежность к многопоколенной семье, роду как источнику опоры и внутренней силы, и грустим от того, как мало знаем правды о прошлом своего рода и страны. Именно поэтому ребенку важно рассказывать историю его рождения, показывать семейные фотографии, вспоминать о том, как вы выбирали ему имя, каким он был в раннем детстве. Не менее важно поведать о том, как встретились его бабушки и дедушки, какими они были, как жили.

Мы с тобой

10% опрошенных в детстве не хватило ощущения безопасности, им хотелось бы чаще слышать от родителей, что те готовы их защитить. «Что бы ни случилось, мои родители меня поддержат» – это помогает многое преодолеть. Крайне важно растить ребенка в атмосфере любви и заботы, чтобы он чувствовал себя в безопасности. Это позитивно влияет на его самооценку, помогает ему стать сильнее и храбрее.

Каждый вечер, когда вы укладываете ребенка спать, говорите ему: «Ты в безопасности. Ты окружен любовью и заботой, мы справимся со всеми трудностями». Говорите эти слова нежно и спокойно, чтобы они запомнились ему и сопровождали даже во взрослом возрасте, чтобы он мог их вспомнить в моменты стресса.

Ошибки – это не страшно

10% респондентов хотелось слышать от родителей, что ошибаться – это естественно, что жизненный опыт можно получить только методом проб и ошибок. Важно привить ребенку мысль, что проигрывать и бороться – это нормально. Ненормально думать, что ошибки и поражения – это непозволительно. Постарайтесь научить малыша не расстраиваться из-за небольших оплошностей. Важно напоминать ему об этом не только в моменты поражений, но и перед важными, ответственными событиями и решениями в его жизни. Рассказывайте ребенку, что каждый великий человек не был таким в начале своего пути. Дайте ему понять, что терпение, настойчивость и старания куда важнее совершенства. Объясните, что любое поражение нужно воспринимать как урок и видеть в этом не проигрыш, а новые возможности, новый опыт. Каждый раз, когда ваш ребенок делает что-то не так, попадает в неприятную ситуацию, спрашивайте его, чему он научился на этом опыте. Научите его делать выводы из каждой ситуации, видеть и использовать различные варианты выхода из проблемы.

Информация подготовлена педагогом-психологом Еврасовой Т.А.