

Методические рекомендации по психолого-педагогическому просвещению родителей

1. «РАЗГОВОР О СЕМЕЙНОМ СЧАСТЬЕ»

Памятка для родителей.

- Как можно меньше ворчать друг на друга по поводу и без повода.
- Не увлекаться критикой: маленькому и большому человеку гораздо приятнее узнавать о себе как о хорошем человеке, чем как о плохом.
- Искренне восхищаться достоинствами членов своей семьи, заранее демонстрируя и предвосхищая их будущие, еще не проявившиеся возможности.
- Постоянно демонстрировать внимание своим родным и близким людям. Только в таком случае можно рассчитывать на ответное внимание.
- Быть вежливым и предупредительным с родными и близкими, несмотря ни на какие трудности, возникающие при общении.

Приведённые правила общения детей и взрослых, которые необходимо неукоснительно выполнять, как бы трудно это не было, рано или поздно принесут свои плоды.

Я желаю вам семейного счастья и успехов в воспитании детей, ведь дети – это не только наше будущее, но и наше настоящее. Счастье для родителей – это их ребенок. Счастье для ребенка – когда у него есть любящие и заботливые родители.

2. «КАК НАУЧИТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА ЖИТЬ В МИРЕ ЛЮДЕЙ»

Памятка для родителей

1. Проявляйте благородство, учите этому своего ребенка.
2. Будьте тактичны по отношению к другим людям, это урок добра вашему ребенку.
3. Не бойтесь извиниться перед кем-то в присутствии ребенка, он вас начнет уважать.
4. Не употребляйте бранных слов и не грубите.
5. Не говорите плохо о других людях, иначе ребенок скажет то же самое о вас.
6. Не будьте фальшивыми, дети это хорошо чувствуют и берут с вас пример.

3. «ВОСПИТАНИЕ НЕНАСИЛИЕМ В СЕМЬЕ»

Воспитание – это сотрудничество, взаимодействие, взаимовлияние, взаимообогащение (эмоциональное, интеллектуальное, духовное, нравственное) детей и взрослых, в результате которого изменяются и те и другие. Поэтому в воспитании следует пользоваться правилом: прежде чем предъявить требования к ребенку, предъяви их к себе.

Чтобы успешно воспитывать детей, родители непременно должны корректировать свое поведение, приводя его в соответствие с предъявленными требованиями, то есть заниматься самовоспитанием. Если

же родители хотят добиться от своих детей выполнения требований, которым не следуют сами, то это удастся только при помощи мер принуждения: ребенок будет выполнять требования родителей формально, из-за страха перед наказанием.

К сожалению, в некоторых семьях еще физически наказывают детей и считают эти наказания самыми действенными. При этом родители не понимают, что физические наказания притупляют все лучшие качества в детях, способствуют развитию в них лжи и лицемерия, трусости и жестокости, возбуждают злобу и ненависть к старшим.

Противником физических наказаний был А. С. Макаренко.

В своих работах он показал их огромный вред для дела воспитания. А. С. Макаренко считал, что физические наказания для ребенка являются «трагедией боли и обиды, трагедией жестокости, детского терпения». В таких семьях нет настоящей дисциплины. Дети боятся родителей и стараются быть подальше от них.

Некоторые родители не прибегают к телесным наказаниям, но унижают детей другими способами. Иногда приходится слышать, как мать или отец вместо оценки отдельного поступка ребенка отрицательно относятся к нему в целом. Некоторые родители допускают унижение ребенка грубым словом, наносят ему оскорбления.

В некоторых семьях детей наказывают трудом. В этой ситуации у ребенка появляется отвращение к труду и само наказание приводит его к вредной логике: если провинился – обязан трудиться, а если не провинился – трудиться не обязан. В отдельных семьях в качестве наказания детей лишают пищи. Этого делать ни в коем случае не следует, так как подобные наказания озлобляют ребенка против семьи: ведь потребность в пище – это естественная потребность, и она должна быть удовлетворена.

Эффективность поощрений и наказаний детей в семье может быть достигнута при определенных условиях.

Родители должны быть твердыми и последовательными в своих требованиях. Требования к детям надо предъявлять разумно, считаться с их интересами.

Ребенку следует объяснить, почему тот или иной его поступок заслуживает осуждения. Независимо от возраста ребенок должен понять, что несет наказание заслуженно, и внутренне готовится к тому, чтобы впредь этих поступков не совершать.

Выбирая меру наказания, родители должны учитывать, первый ли раз совершен проступок или уже сложилась определенная практика непослушания. В этих случаях мера наказания не может быть одинаковой: более строгое наказание должно быть применено во втором случае.

Родители должны быть справедливы при осуждении детей.

Пример. Двое подрались. Прежде чем кого-то наказать, родителям следует разобраться и выяснить причины драки, проявить такт в выявлении виновного и только тогда наказать. Нельзя наказывать сгоряча. Разгневанная

мать может наказанием обидеть ребенка, а позже выяснится, что можно было и не наказывать, а ограничиться замечанием.

В каждой семье с учетом индивидуальных особенностей детей с годами устанавливается своя система применения поощрений и наказаний. При этом следует учитывать и общий стиль взаимоотношений в семье, чувствительность ребенка к замечаниям старших, общую его воспитанность. Младшего члена семьи могут наказывать все ее старшие члены (дедушка, бабушка, мать, отец, брат, сестра), но от лица всей семьи.

Иногда косвенное воздействие оказывает на ребенка более сильное влияние, чем прямое. Младшим школьникам и дошкольникам бывает подчас полезнее прочитать рассказ или сказку, в которых говорится о подобных ситуациях, и осознать, какую оценку этот поступок заслуживает.

Нельзя злоупотреблять не только наказанием, но и поощрением. Незаслуженное поощрение, захваливание ребенка приносит вред общему делу воспитания. Оно развивает у ребенка самодовольство, тщеславие, зазнайство. Поощрять надо в меру, чтобы поощрение действительно выполняло функцию стимула, чтобы у ребенка появилось желание еще лучше учиться, исправить свое поведение в чем-то еще.

Семья – колыбель духовного рождения человека. Многообразие отношений между ее членами, обнаженность и непосредственность чувств, которые они питают друг к другу, обилие различных форм проявления этих чувств, живая реакция на малейшие детали поведения ребенка – все это создает благоприятную среду для эмоционального и нравственного формирования личности. Скудность, однообразие, монотонность эмоционального опыта в раннем детстве могут определить характер человека на всю его жизнь.

Как много сердечного тепла было загублено из-за неспособности понять другого и самого себя! Сколько больших и малых драм не происходило бы, обладай их участники и окружающие умением сочувствовать, прощать, любить.

Самый большой дефицит, который испытывают наши дети, – это дефицит ласки. Родители не находят времени, забывают, а может быть, даже стесняются приласкать своего ребенка просто так, повинувшись какому – то внутреннему порыву. Боязнь избаловать детей, особенно мальчиков, заставляют отца или мать быть чрезмерно суровыми с детьми.

Оправдывая свои действия, родители ссылаются на различные примеры из истории человечества. Да, мы знаем, какую жесткую школу проходили мальчики на мужской половине дома в Древней Спарте. Но ведь из них готовили сильных, мужественных, беспощадных воинов. Или индийские племена, где 4-летних мальчиков отправляли в другой лагерь, где воспитатель учил их всем премудростям жизни, воспитывал отважных воинов, следопытов. Индейцы считали, что мальчики должны расти далеко от матери, не зная ее нежности и ласки. Такое воспитание обуславливалось особенностью жизни индийских племен.

В последнее время получило распространение такое понятие, как синдром опасного обращения с детьми (СООСД). Это поведение родителей по отношению к ребенку, сопровождающееся нанесением физической, психологической и моральной травмы. Понятие СООСД включает в себя различные варианты: от физического насилия, угрожающего жизни ребенка, до неправильного воспитания.

Семьи, где регистрируется СООСД, обычно относят к категории неблагополучных. Пьющие люди, матери-одиночки, лица с низким образованием и воспитательным цензом. К категории неблагополучных относятся и семьи вполне материально обеспеченные, если родители не уделяют ребенку внимания, предпочитая откупаться от него подарками, обилием игрушек, разнообразной пищей, одеждой. Им некогда. Не будучи подготовленными в области воспитания, папы и мамы используют простой и эффективный путь: физическое насилие.

Последнее чаще всего применяется матерями, нежели отцами. Мать обычно вымещает на детях накопившееся утомление и раздражение. СООСД наблюдается в 3 раза реже к девочкам, чем к мальчикам. Последние более подвижны, своим бегом и криками раздражают родителей.

Дети – первые, кто пострадал, глубоко и трагически от дефицита времени у взрослых. Возникла проблема детей, как обузы, шире стали применяться физические воздействия.

Атмосфера семьи определяется ее прочностью, ее нравственными идеалами, дальними и близкими целями, эмоциональным складом. И, чем больше положительных эмоций получает в семье ребенок, тем лучше. Семья, при всех свойственных ей заботах, хлопотах, огорчениях и даже несчастьях должна приносить человеку радость.

Дети по своей природе чрезвычайно жадно впитывают впечатления. Дома должно быть интересно, семья должна давать добрую пищу воображению и чувствам. Дети как губка, впитывают все, что происходит вокруг них. Они не умеют хитрить и приспособливаться.

С помощью родителей у детей должно закладываться представление о том, какой должна быть семья, ее быт, взаимоотношения между членами семьи. Зачастую семья, в которой человек вырос, становится моделью его будущей семьи.

Жестокое обращение с детьми очень вызывает у них отнюдь не раскаяние, а совсем другие реакции:

- страх;
- возмущение, протест;
- обиду, чувство оскорбленности, жажду мести и компенсации;
- разрушение «нравственных тормозов»;
- потерю способности к здравому рассуждению;
- ребенок перестает видеть границу между добром и злом, между «можно» и «нельзя»;
- агрессивное поведение;

- снижение самооценки;
- ненависть к себе и окружающим (если ребенка часто бьют).

Жестокое обращение с детьми обычно также вызывает задержку их психологического и социального развития. Важно не допустить, чтобы побои и наказания превратились в кошмар для ребенка и его родителей, когда ребенок перестанет понимать «за что», эмоционально «отупит» и перестанет различать, где хорошие, а где плохие поступки. Но еще более важно помнить, что из любого кошмара всегда есть выход. И первый шаг должен сделать тот кто, сильнее и мудрее. Хорошо, если это будет взрослый

Да, дети не всегда ведут себя как чистые и кроткие ангелы, и воспитывать их – дело очень нелегкое. Но из всех трудных ситуаций, в которые они порой ставят своих родителей, нужно искать выход без унижения человеческого достоинства детей, без применения оскорблений и тем более телесных наказаний.

Текст для размышления

Л.Рыбина «Обнять, прижать, потормошить...»

Разговорила однажды с одним немолодым уже человеком. Он вспоминал своё детство. Оттуда, из детства, в котором было немало лишений, шел, тем не менее, ясный, согревающий свет. Он озарял лицо моего собеседника, рассказывающего вроде о вещах, далеко не радостных.

-Довоенные годы были тяжелыми для семьи. Отец был в заключении, работал где-то недоступно далеко на строительстве Беломорканала. Пятеро сыновей остались на руках одной матери, да и ее целыми днями не было: пошла работать продавцом.

Младшему в семье, моему рассказчику было 3 года. Босоногие, голодные мальчишки были предоставлены сами себе.

Многие взрослые вспоминают детство в романтическом свете, со сладкой щемящей тоской. В словах этого мужчины была не только грусть по ушедшему и невозвратному, но ясно обозначился тот источник, из которого шёл свет.

Приходила мама усталая, но такая нежная, мягкая, целовала в головы своих грязных до неузнаваемости сыновей и с неизбежным постоянством, зарываясь в наши вихры, счастливо задохнувшись, повторяла: «Головушки у детушек пахнут солнышком».

Наверное, у этой матери, которую спустя десятилетия помнят и преданно любят, глубоко уважают постаревшие уже сыновья, были и другие секреты воспитания. Но и это одно уже не мелочь.

У психологов есть понятие тактильного голода. Бывает он у детей, которых вполне достаточно кормят, но мало ласкают. Это одна из основных бед детей, воспитывающихся в детских домах. Некому их обнять, поцеловать, прижать, потормошить, подбросить (пока это возможно) или потрясти тяжёлой отцовской рукой за холку. Этого не запишешь ни в какие должностные инструкции. На это способны только родители в минуты, когда их переполняет любовь, и они не в силах сдержать свой порыв. Но в наш стремительный век мы становимся всё закаленнее и

выдержаннее. Многие родители переносят и в дом привычку быть подчеркнуто сдержанными, научились подавлять желание прижаться к родной головке. Говорю это не голословно. Знаю многие и многие семьи, где боязнь избаловать детей вытесняет родительскую ласку, а призывы относиться к детям, как к равным, воспринимаются слишком буквально.

Однажды я случайно услышала, как одна старушка рассказывала другой: «По телевизору говорили, что если не гладить никогда ребенка по головке, то сухотка спинного мозга наступит». Не знаю, что такое «сухотка спинного мозга», но думаю, что ничего страшного со спинным мозгом всё-таки не произойдет. И пусть смешна подобная народно-научнообразная интерпретация, но в ней для всех нас, родителей, предупреждение: не лишать наших детей, растущих в семье, главного преимущества семьи. В нашем стремлении воспитывать правильно, не стараться уподоблять наше общение с ребенком общению учителя и ученика. Учитель, в первую очередь, обращается к мысли ребенка, а мы, родители, к душе. Учитель спросит у ученика: «Что ты понял из прочитанного?». А мама с сыном заплачут на последних страницах «Белого пуделя», прижмутся друг к другу и ничего не надо будет говорить. И, может быть, воспоминания об этом горько-сладком миге останутся с сыном надолго, уйдут с ним во взрослую жизнь и будут волновать сердце внезапной теплой волной до седин. А память, которая, к сожалению, не удержит многое из времени детства, этот миг сохранит, и через десятилетия воспроизведет в точности ощущение мягких, но надежных маминых рук, прижимающих и ласкающих. Так давайте подарим детям такие ощущения, чтобы остаться с ними на всю жизнь. (Учительская газета. 2003г. 19 января. <http://www.edu21.cap.ru/?t=hry&euid=5562&hry=53381/79202/79210>)

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ «ВОСПИТАНИЕ НЕНАСИЛИЕМ В СЕМЬЕ»

Как выйти из ситуации, когда кажется, что нужно применить наказание:

Прислушайтесь к своему ребенку. Вникните в его проблему. Не обязательно соглашаться с точкой зрения ребенка, но благодаря родительскому вниманию он почувствует свою значимость и ощутит свое человеческое достоинство.

Принимайте решения совместно с ребенком, а также дайте ему право принимать самостоятельные решения: ребенок охотнее подчиняется тем правилам, которые устанавливал сам. При этом мы не отрицаем, что некоторые решения могут принимать только родители. Предоставьте ребенку право выбора, чтобы он реально почувствовал, что волен сам выбирать из нескольких возможностей.

Постарайтесь предупредить ситуацию или изменить ее так, чтобы ребенку не нужно было бы вести себя неправильно.

Предоставляйте ребенку возможность отдохнуть, переключиться с одного вида деятельности на другой.

Требуюя чего-либо от ребенка, давайте ему четкие и ясные указания.

Не возмущайтесь, если ребенок, может быть, чего-то не понял или забыл. Без раздражения, терпеливо разъясните ему суть своих требований еще раз. Ребенок нуждается в повторении.

Не требуйте от ребенка сразу многого, дайте ему постепенно освоить весь набор ваших требований: он просто не может делать все сразу.

Не предъявляйте ребенку непосильных требований.

Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, почему ребенок ведет себя так, а не иначе, о чем свидетельствует его поступок.

Подумайте, чем вы можете помочь ребенку в этой ситуации.

Пусть вашим основным методом воспитания будет ненасилие!

Что делать, если...

У ребенка нет желания делиться с вами своими мыслями и бедами и слушать то, что ему говорите вы?

Когда ребенок вам что-то рассказывает, старайтесь дать ему понять, что вы его внимательно слушаете. Не надо в это время вытирать пыль, просматривать газеты или красить ногти. Ребенок сразу чувствует, что он не в центре вашего внимания и у него сразу пропадает охота говорить.

Смотрите в глаза ребенку, чтобы он знал, что вы сосредоточены на том, что он говорит вам. Поощряйте его продолжить рассказ, спрашивайте: «А что было дальше?», «Он действительно так делал, да?»

Когда вы отвечаете на вопрос ребенок, постарайтесь не быть многословным. Пусть речь ребенка преобладает в вашем разговоре с ним.

Имейте мужество предстать перед своим ребенком со всеми своими человеческими чувствами и слабостями. Если у вас хватит мужества раскрыть их перед ребенком, это пойдет на пользу вам обоим. Исследования показывают, что когда один человек в чем-то признается другому, он, как правило, получает в ответ аналогичное признание. Наверняка то же получится с вами и вашим ребенком.

Расскажите ребенку о своих «приключениях», начиная с того времени, когда вы были маленьким. Попробуйте рассказать ему о таких вещах, которые родители, как правило, не рассказывают, считая, что детям это неинтересно. О хороших и плохих учителях в школе, где вы учились, о ваших драках с мальчишками, о жизни в пионерском лагере, о первом свидании и т.д. Вы увидите, все это будет интересно вашему ребенку, вы предстанете перед ним живым человеком. Не надо из каждой истории выводить мораль. Просто расскажите.

4. Рекомендации для оптимизации детско-родительских отношений «Как разрешать конфликты».

Наиболее оптимальный результат решения конфликта – нахождение компромисса между желаниями и потребностями родителей и желаниями и потребностями ребенка. Достичь такого результата достаточно легко.

Пошаговая модель решения конфликтной ситуации.

1) **Прояснение конфликтной ситуации.** Сначала родитель выслушивает ребенка, уточняет, в чем состоит его проблема, а именно: чего он хочет или не хочет, что ему нужно или важно, что его затрудняет, и т.д. Родитель говорит о своем желании или своей проблеме, о том, как он видит ситуацию, что его устраивает в ней, и что ему не нравится в ситуации.

2) **Способ предложений.** Этап начинается с вопроса: «Как нам быть?». После этого надо обязательно подождать и дать ребенку возможность первому высказать свои проблемы. Сначала предложения просто набираются, без критики и анализа. Затем родители предлагают свои точки зрения на этот счет.

3) **Оценка предложений и выбор наиболее оптимального.** На этом этапе происходит обсуждение предложений. Предыдущие шаги уже помогли создать атмосферу доверия, сотрудничества, готовности к обсуждению. Важно не разрушить эту атмосферу излишне грубой критикой или авторитарностью.

4) **Детализация принятого решения.** Необходимо определить, каким конкретным образом будет внедряться решение в реальную жизнь.

5) **Выполнение решения, проверка.** Выполнение решения осуществляется всеми членами семьи. Если ребенок когда-либо не выполнил своих обязательств, не стоит критиковать и осуждать его; лучше просто спросить, как у него идут дела, получается ли; тогда о неудачах расскажет сам ребенок и сам обратится за Вашей помощью. Родительский авторитет при этом не страдает, ведь авторитет – это не авторитарное давление на ребенка и непоколебимое главенство родителя во всех вопросах. Авторитет – это человек, чье влияние на поступки других основано на признании и уважении окружающими его мнения, его личных качеств, компетентности, справедливости, гибкости.

Причины нарушения поведения детей.

1) Борьба за внимание. Если ребенок не получает необходимого внимания, то он находит новый способ его получить: непослушание.

2) Борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской власти и опеки.

3) Желание «отомстить»: дети часто бывают обижены на родителей и ребенок страдая в душе, внешне проявляет свою обиду как непослушание и негативизм.

4) Потеря веры в собственный успех. Ребенок переживает неблагополучие в какой-то области жизни, его часто критикуют или наказывают, падает его самооценка, он теряет уверенность в себе и решает, что стараться нечего, т.к. все равно ничего достичь он не сможет.

Алгоритм решения конфликтной педагогической ситуации.

Первый этап условно называется «стоп!» и направлен на оценку учителем ситуации и осознание собственных эмоций. Этот этап необходим для того, чтобы не навредить ребенку поспешными действиями и не осложнить отношения с ним. Только в тех случаях, когда ситуация представляет опасность для жизни и здоровья ребенка, нужно действовать быстро и решительно. Но такие ситуации встречаются не так часто, поэтому во всех остальных случаях рекомендуется, воспользовавшись паузой, спросить себя: «Что я сейчас чувствую?», «Что я сейчас хочу сделать?», «Что я делаю?», после чего необходимо перейти ко второму этапу.

Второй этап начинается с вопроса «почему?», задаваемого педагогом самому себе. Суть данного этапа заключается в анализе мотивов и причин поступка ребенка. Это очень важный этап, так как именно причины определяют средства педагогического воздействия. Чтобы правильно определить мотивы поведения ребенка, педагогу необходимо уметь понимать язык невербального общения (демонстративный, вызывающий взгляд; скучающий или сосредоточенный на чем-то вид и т. д.).

Третий этап заключается в постановке педагогической цели, формулируется в виде вопроса «что?» - «Что я хочу получить в результате своего педагогического воздействия?» (чувство страха у ребенка или осознанное чувство вины).

Педагогическое воздействие должно быть направлено не против личности ребенка, а против его поступка. Ребенок должен четко осознавать, что именно в этот раз он поступил плохо. Важно показывать ребенку в каждом конкретном случае, что Вы принимаете его таким, какой он есть, понимаете его, но в то же время не одобряете его действий. Такой подход, не унижая и не принижая ребенка, способен вызвать в нем положительное поведение.

Четвертый этап заключается в выборе оптимальных средств для достижения поставленной педагогической цели и отвечает на вопрос «как?» — «Каким образом достичь желаемого результата?». Продумывая способы и средства достижения педагогического воздействия, учитель должен оставлять свободу выбора за ребенком. Мастерство педагога проявляется в умении создать такие условия, чтобы ребенок мог сделать выбор, а не заставлять ребенка поступать как нужно. Исходя из этого, он предложит несколько вариантов ребенку, но самым привлекательным для него сделает оптимальный вариант и тем самым поможет сделать правильный выбор.

Педагог-мастер использует широкий арсенал педагогических средств, не применяя угрозы, насмешки, записи в дневнике, жалобы родителям. Перечисленные способы малоэффективны и свидетельствуют о низком

уровне профессионализма. Отказ от подобных средств с самого начала педагогической деятельности дает огромные возможности для творчества педагога, позволяет сделать процесс общения с ребенком радостным и плодотворным.

Пятый этап — это практическое действие педагога. Данный этап является логическим завершением всей предыдущей работы разрешения педагогической ситуации. Именно на этом этапе реализуются педагогические цели через определенные средства и способы в соответствии с мотивами ребенка. Успех практического действия учителя будет зависеть от того, насколько точно он смог сформулировать педагогическую цель, насколько правильно выбрал оптимальные способы достижения поставленной цели и насколько умело воплотил их в реальном педагогическом процессе.

Профессиональный педагог знает, что результаты педагогических воздействий, как правило, отдалены во времени, поэтому он действует как бы «на вырост», опираясь на лучшее в ребенке.

Шестой этап — заключительный в алгоритме решения педагогической ситуации. Он представляет собой анализ педагогического воздействия и позволяет оценить эффективность общения педагога с детьми, сравнить поставленную цель с достигнутыми результатами и сформулировать новые перспективы.

Дисциплина ребенка.

1) Ограничения, запреты, требования, правила должны быть в жизни каждого ребенка.

2) Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

3) Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с потребностями ребенка.

4) Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой. Все взрослые воспитывающие ребенка взрослые должны придерживаться единых требований в воспитании ребенка.

5) Тон, в котором сообщается требование, должен быть скорее дружелюбно-разъяснительным, чем повелительным.

6) Наказывать ребенка за несоблюдение правил лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохо.

5. «УЧИМСЯ ЛЮБИТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА»

Основные секреты проявления родительской любви.

1. Обмен взглядами. Задумываемся ли мы о том, какое воздействие мы производим на ребенка, когда смотрим ему в глаза? Ребенок внимателен, когда смотрит в глаза. И чем больше родители смотрят суровыми взглядами на ребенка, тем быстрее истощается Ваше взаимопонимание. Помните, что вы совершаете большую ошибку, когда, наказывая, смотрите в глаза ребенку. Особенно пугаются малыши и не понимают взгляда и не в состоянии понять, где их любят, а где нет. Со временем ребенок перестает искать взгляды и старается не смотреть в глаза собеседнику. А ведь очень трудно говорить с

человеком, когда он не смотрит тебе в глаза. И в этом случае можно ожидать, что когда он вырастет, у него наверняка появятся проблемы с одноклассниками, друзьями, на работе из-за того, что ему трудно наладить с ними взаимоотношения и почувствовать себя уверенным в жизни.

2. Целебное прикосновение. Здесь нужно иметь в виду не только поцелуй, обнимание и тому подобное, но и любой тип физического контакта. Это так просто: коснуться плеча ребенка, слегка пощекотать его или взъерошить волосы.

3. Чудеса общения. Разговаривайте с ребенком, слушайте его, советуйтесь с ним, и тогда он доверит вам все свои секреты, радости и неудачи. Постоянное общение с ребенком поможет Вам в проявлении родительской любви. Родительская любовь – это, прежде всего, безусловное принятие ребенка.

Активное слушание.

Важнейший прием оптимизации отношений с ребенком – активное слушание. Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он Вам поведал, при этом обозначив его чувства. Слушая ребенка:

1) Повернитесь к нему лицом; сделайте так, чтобы ваши глаза и глаза ребенка были на одном уровне – это обеспечит ощущение доверия, создаст оптимальные условия для психологического контакта.

2) Не задавайте вопросов (особенно если ребенок расстроен), лучше беседовать в утвердительной форме. Это важно потому, что фраза, построенная как вопрос, не выражает сочувствия.

3) В беседе «держите паузу». После каждой реплики родителю нужно немного помолчать. Время сейчас принадлежит ребенку. Пауза помогает ребенку разобраться в своих переживаниях и одновременно дает ребенку полнее почувствовать, что родитель рядом.

4) Иногда полезно повторить, что как Вы поняли, произошло с ребенком, а потом обозначить его чувство.

Беседа по принципу активного слушания непривычна для нашей культуры, однако она позволяет достичь следующих результатов.

а) Исчезает или сильно ослабевает отрицательное переживание ребенка.

б) Ребенок убеждается, что взрослый готов его слушать, и начинает рассказывать о себе еще больше; устанавливается подлинное доверие между ребенком и родителями.

в) Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы, а значит – становится более самостоятельным, зрелым, адаптированным.

г) Ребенок учится сам активно слушать своих близких.

д) Родители начинают лучше понимать своего ребенка.

Памятка для родителей

1. Принимайте ребенка со всеми его особенностями, недостатками, ошибками.
2. Оценивайте поступок, а не личность. Дайте ребенку ощутить, что сочувствуете ему, верите в него, несмотря на его оплошность.
3. Предоставьте право на свободу выбора.
4. Смотрите на проблему глазами своего ребенка, помните, он переживает свои неудачи острее, чем Вы.
5. Учитесь слушать ребенка, отвечайте на вопросы честно и терпеливо.
6. Показывайте ребенку, что Вы его любите не за его успехи, а таким, какой он есть.

ВЫРАБОТАЙТЕ ДЛЯ СЕБЯ ПРИНЦИПЫ:

- НАЧИНАЯ РАЗГОВОР, ДАЙТЕ ПОНЯТЬ РЕБЕНКУ, ЧТО ВАМ НЕ БЕЗРАЗЛИЧНО, ЧТО ПРОИСХОДИТ В ЕГО ЖИЗНИ.
 - НАЙДИТЕ ВРЕМЯ ХОТЯ БЫ РАЗ В НЕДЕЛЮ БЫТЬ ОДИН НА ОДИН С КАЖДЫМ РЕБЕНКОМ. ПРИ ЭТОМ ВЫ МОЖЕТЕ ПРОСТО ОБЩАТЬСЯ ИЛИ ЗАНИМАТЬСЯ СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ, НО ТОЛЬКО ОДИН НА ОДИН.
 - УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ ОБ ИНТЕРЕСАХ ВАШИХ ДЕТЕЙ – ЛЮБИМУЮ МУЗЫКУ, УВЛЕЧЕНИЯ – И ПРОЯВИТЕ ИНТЕРЕС К НИМ.
 - КОГДА РЕБЕНОК ГОВОРIT О ПРОБЛЕМАХ, ОСТАВЬТЕ ВСЕ СВОИ ДЕЛА И ВЫСЛУШАЙТЕ ЕГО.
 - ВЫРАЗИТЕ ИНТЕРЕС К ТОМУ, ЧТО ОН ГОВОРIT, НО НЕ НАВЯЗЧИВО.
 - ПРИСЛУШАЙТЕСЬ К ЕГО ТОЧКЕ ЗРЕНИЯ, ДАЖЕ ЕСЛИ ВЫ С ЭТИМ НЕ СОГЛАСНЫ.
 - ПРЕЖДЕ, ЧЕМ ОТВЕТИТЬ, ДАЙТЕ РЕБЕНКУ ПОЛНОСТЬЮ ВЫСКАЗАТЬ ЕГО ТОЧКУ ЗРЕНИЯ.
 - ПОВТОРИТЕ ТО, ЧТО ВЫ УСЛЫШАЛИ, ЧТОБЫ БЫТЬ УВЕРЕННЫМ, ЧТО ВЫ ПРАВИЛЬНО ПОНЯЛИ РЕБЕНКА.
 - СТАРАЙТЕСЬ СМЯГЧИТЬ ЖЕСТКУЮ РЕАКЦИЮ, НА КОТОРУЮ ВАС НАСТРОИЛ РЕБЕНОК.
 - ОСТОРОЖНО ВЫСКАЖИТЕ СВОЕ МНЕНИЕ, НЕ ЗАДЕВАЯ ЧУВСТВА РЕБЕНКА.
 - СТАРАЙТЕСЬ НЕ СПОРИТЬ О ТОМ, КТО ПРАВ. ВЫ МОЖЕТЕ СКАЗАТЬ: «Я ЗНАЮ, ЧТО ТЫ НЕ СОГЛАСЕН СО МНОЙ, НО ЭТО ТО, ЧТО Я ДУМАЮ».
 - ВО ВРЕМЯ РАЗГОВОРА СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ НА ЧУВСТВАХ РЕБЕНКА, А НЕ НА СВОИХ СОБСТВЕННЫХ.
- ВАШЕ ПОВЕДЕНИЕ ДОЛЖНО ГОВОРIT РЕБЕНКУ: “Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ ТАКИМ, КАКОВ ТЫ ЕСТЬ
ЧУВСТВУЯ ПОДДЕРЖКУ РОДИТЕЛЕЙ, РЕБЕНОК РАСТЕТ СИЛЬНЫМ, СЧАСТЛИВЫМ И УВЕРЕННЫМ В СЕБЕ.