

Заповеди мудрого родителя



Ребенка нужно не просто любить, этого мало. Его нужно уважать и видеть в нем личность. Не забывайте также о том, что воспитание - процесс “долгоиграющий”, мгновенных результатов ждать не приходится. Если малыш не оправдывает ваших ожиданий, не кипятитесь. Спокойно подумайте, что вы можете сделать, чтобы ситуация со временем изменилась.

- 1.** Не пытайтесь сделать из ребенка самого-самого. Так не бывает, чтобы человек одинаково хорошо все знал и умел. Даже самые взрослые и мудрые на это не способны. Никогда не говорите: “Вот Маша в 4 года уже читает, а ты?!” или “Я в твои годы на турнике 20 раз подтягивался, а ты - тюфяк тюфяком”. Зато ваш Вася клеит бумажные кораблики, “сечет” в компьютере. Наверняка найдется хоть одно дело, с которым он справляется лучше других. Так похвалите его за то, что он знает и умеет, и никогда не ругайте за то, что умеют другие!
- 2.** Не сравнивайте вслух ребенка с другими детьми. Воспринимайте рассказ об успехах чужих детей просто как информацию. Ведь вас самих сообщение о том, что президент Уганды (ваш ровесник, между прочим) награжден очередным орденом, не переполняет стыдом и обидой? Если разговор о том, что “Мишенька из второго подъезда непревзойденно играет на скрипочке”, происходит в присутствии вашего ребенка, а в ответ похвалиться нечем - лучше все равно что-нибудь скажите.
- 3.** Перестаньте шантажировать. Навсегда исключите из своего словаря такие фразы: “Вот я старалась, а ты...”, “Я тебя растила, а ты...”. Это, уважаемые родители, на языке Уголовного кодекса называется шантаж. Самая несчастная из всех попыток устыдить. И самая неэффективная. На подобные фразы 99 % детей отвечают: “А я тебя рожать меня не просил!”
- 4.** Избегайте свидетелей. Если действительно возникает ситуация, ввергающая вас в краску (ребенок нахамил старику, устроил истерику в магазине), нужно твердо и решительно увести его с места происшествия. Чувство собственного достоинства присуще не только взрослым, поэтому очень важно, чтобы разговор состоялся без свидетелей. После этого спокойно объясните, почему так делать нельзя. Вот тут малыша призывать к стыду вполне уместно. Главное - не забывать, что у всего должна быть мера.
- 5.** Способы открыть ребенку свою любовь. Не стремитесь к виртуозному исполнению материнской роли. В общении с ребенком нет и не может быть запрещенных эмоций, но при одном условии: он не должен сомневаться в безусловности вашей любви. Малыш должен чувствовать, что ваше недовольство, раздражение или гнев вызваны его поступком, а не им самим.

Ваш ребенок не может быть плохим, потому что он ребенок и потому что он ваш.

Три способа открыть ребёнку свою любовь

Слово.

Называйте ребенка ласковыми именами, придумывайте домашние прозвища, рассказывайте сказки, пойте колыбельные, и пусть в вашем голосе звучит нежность, нежность и только нежность.

Прикосновение.

Иногда достаточно взять ребенка за руку, погладить по волосам, поцеловать, чтобы он перестал плакать и капризничать. А потому как можно больше ласкайте своего ребенка, не обращая внимания на советы “многоопытных” родителей. Психологи пришли к выводу, что физический контакт с матерью стимулирует физиологическое и эмоциональное развитие ребенка. Переласкать его, считают психологи, невозможно.

Взгляд.

Не разговаривайте с ребенком, стоя к нему спиной или вполоборота, не кричите ему из соседней комнаты. Подойдите, посмотрите ему в глаза и скажите то, что хотите.

Что делать, если ребёнок боится расставаться с родителями?



Большинство детей дошкольного и младшего школьного возраста боятся расставания с родителями: плачут, капризничают, устраивают истерики. Иногда причиной такого поведения является, например, боязнь ребенка перемены обстановки, или опасение за то, что его родители в его отсутствие будут ссориться (в тех случаях, когда родители склонны к этому), опасение – вдруг что-то изменится и т.д. Но в большинстве случаев боязнь расставания связана с тем, что ребенок просто скучает по маме и папе. Однако рано или поздно через это придется пройти. Ребенок должен привыкать к самостоятельности, он должен учиться общаться в социуме. Данной проблемы часто удастся избежать, если родители с самого раннего возраста (начиная с 6 месяцев) приучили малыша к тому, что он может вдруг остаться с другими людьми. Родителям имеет смысл, если есть такая возможность, как можно раньше начать оставлять свое чадо с бабушками или другими родственниками. Сначала на час, потом постепенно увеличивать время. Пусть для ребенка пребывание среди других людей, кроме родителей, не будет чем-то из ряда вон выходящим. В возрасте постарше, можно

оставить малыша в гостях у друзей (лучше, чтобы там были другие дети) на несколько часов. Если он привыкнет к таким расставаниям, то в последствии ему будет проще.

А что делать, если такой привычки нет, и поход в детский сад превращается в настоящее испытание?

1. Научитесь прощаться с ребенком быстро. Таким образом вы дадите ему понять, что уверены в нем и его умении справиться с собой.
2. Не затягивайте процесс расставания. Ребенок почувствует ваше беспокойство.
3. Положите ребенку с собой какую-нибудь памятную вещицу или игрушку из дома, чтоб она напоминала ему о вас.
4. Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно, если хотите, чтобы ребенок вам доверял.
5. Придумайте какой-нибудь забавный способ прощания. Например, вы можете сначала поцеловаться, потом обняться, потом потереться носиками. И т.п.
6. Не пытайтесь подкупить ребенка, чтобы он за купленную ему игрушку вел себя хорошо.
7. Будьте решительны. Четко дайте ему понять, что какие бы истерики он не закатывал, все равно пойдет в садик или школу. Если вы хоть раз уступите, в дальнейшем будет гораздо сложнее справиться с его капризами.
8. Приглашайте после садика (школы) детей, с которыми ваш ребенок находится в одной группе, чтобы он мог быстрее найти себе друзей и период привыкания к новому месту прошел менее болезненно.
9. Привлеките воспитателя или учителя. Вам нужен человек, который на новом месте будет радушно встречать вашего ребенка.
10. Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой, а она опять возникла после болезни ребенка или после больших выходных, когда ребенок находился дома.

Помните, что в боязни расставания нет ничего страшного, это лишь свидетельствует о том, что между вами существует очень тесная связь. Надо запастись терпения и решимости справиться с этой проблемой.

Как избежать детской истерики

Каждый взрослый иногда сталкивается с детской истерикой, каждый помнит, какой нагрузкой (психологической и физиологической) она сопровождается. В такой ситуации, когда на вас смотрят посторонние люди, легко растеряться или выйти из себя.



Как быть?

1. Помните, что даже самые замечательные мамы оказываются в таких ситуациях и дело тут не в маме, а в темпераменте и характере вашего ребенка. Задумайтесь над причиной истерики ребенка:

- ребенку не хватает вашего внимания, и он таким способом стремится завоевать его (такая привычка очень быстро закрепляется и часто используется во взрослой жизни);
- ребенок манипулирует вами, он привык таким образом добывать все, что он хочет.

Отличить манипуляцию нелегко, но понаблюдайте за своим ребенком: как именно он плачет, что помогает ему успокоиться. Если вы поняли, что вами манипулируют, дайте ребенку понять, что вы не одобряете его действия. Ребенок устал, хочет спать, он голоден: искорените причину, и истерика пройдет.

2. Если истерика в самом разгаре, улучите момент, когда ребенок набирает воздух, чтобы огласить окрестности новыми криками, и очень выразительно и захватывающе начните рассказывать какую-нибудь захватывающую историю.

3. Можно попытаться взять ребенка на руки, прижать к себе и ждать, когда все закончится, выражая свое сочувствие, желательно одной часто повторяющейся фразой.

4. Главное средство от истерик - не впадать в такое же неистовство. Пытаясь сохранять спокойствие, выразите свое сочувствие ребенку: “Я понимаю, что ты сейчас злишься, потому что мы не можем купить тебе...”, “Я знаю, как это обидно”, “Когда ты успокоишься, мы обсудим с тобой, что произошло”. Ребенок не услышит вас с первого раза, но повторив эту фразу двадцать раз, вы достигнете до своего малыша и он будет благодарен вам, что вы не дали волю своим чувствам (а как хотелось)! Договоритесь с ребенком, выясните причины его поведения.

5. Дети 3-5 лет вполне способны понять логичные объяснения взрослых. Пора учить ребенка переживать и проживать неприятности, а не делать вид, что ничего не произошло. Конечно, объяснить что-либо громко кричащему ребенку очень трудно.

6. По возможности забудьте, что на вас смотрят: эти люди и сами не раз попадали в такую ситуацию.

7. Когда буря грянула, не корите себя, не обвиняйте ребенка, его (бабушкин, дедушкин, папин, мамин, тетин) характер.

Помните, что никто не знает вашего ребенка так, как он себя.

Вывод: чаще беседуйте с ребенком о его настроении, желаниях, интересах и обязанностях.

Детские страхи

1. ТЕМНОТА. Страшнее всего то, чего мы не можем увидеть. Темнота - верная спутница чудовища, живущего в шкафу или под кроватью... Темноты боятся все - мальчишки, девчонки и даже



некоторые взрослые. Объяснять, что “там” никого нет, бесполезно. Так что лучше посидеть рядом, пока малыш не уснет. Монстры и привидения почему-то боятся мамы и папы.

2. ОДИНОЧЕСТВО. А вдруг мы пойдем гулять, и я потеряюсь? А вдруг мама застрянет в лифте и не сможет прийти домой? А вдруг?.. Ребенку трех-четырёх лет становится страшно, когда он один остается в квартире всего на пять минут. Улица и общественные места таят для него массу опасностей. И пусть вокруг толпа - все равно он почувствует себя покинутым, если родители “куда-то денутся”. Держите его крепче за ручку, вы так нужны ему!

3. БАРМАЛЕЙ. А также Кощей Бессмертный, Баба-Яга и более современные “чудища” вроде “злых инопланетян”. Они приходят ночью во снах, прячутся в темном углу, готовые в любой момент “съесть” или “украсть”. Что тут посоветовать? Избегать всего страшного в книжках и фильмах невозможно. Мир, к сожалению, полон не только добрых и красивых людей. “Борьба” с Бармалеем - своеобразная подготовка к столкновению с неприятными сторонами жизни. Главное, чтобы малыш знал: вы его всегда защитите.

4. ТЕСНОЕ ПОМЕЩЕНИЕ. Нет ничего ужаснее, чем запереть дверь ванной или туалета и не суметь ее открыть. Это до рождения, у мамы в животе, было тесно, но уютно и спокойно. Появившись на свет и достигнув трех-четырёх лет, ребенок начинает бояться маленьких тесных помещений. В основном это относится к девочкам. К мальчишкам такой страх приходит позже - около пяти-шести лет. С этим ощущением бороться трудно, даже многие взрослые в разной степени страдают клаустрофобией, но с вашей помощью малыш может преодолеть все. Не ленитесь обсуждать с ним его переживания.

5. УКОЛЫ. А вам разве нравится, когда в беззащитное мягкое тело вонзается острая игла, да еще и отвратительно пахнет лекарствами? Может быть, вы смогли себя убедить в том, что ничего страшного тут нет, но у вас было достаточно времени. А малышу это пока не удалось. Каждый укол вызывает у него панический ужас. Объясните ребенку: это необходимо, хотя и больно. Пусть чувствует себя героем.

6. ВОДА. Пожар или гроза, в общем - стихия. Большая, неуправляемая, чуждая. Это рациональный и даже полезный страх, но иногда он становится избыточным. Не забывайте снова и снова объяснять ребенку, что вода, если научиться плавать, становится другом, огонь покоряется тому, кто осторожно с ним обращается. Ну а гроза - красивейшее зрелище! Совсем не обязательно стоять под единственным деревом, когда сверкает молния.

Как преодолеть страх?

1. Если ребенок боится бабы Яги, ведьмы и т. д., то нужно:

- Предложить нарисовать их;
- Поиграть в сказочных героев.

2. Если ребенок боится темноты:

- Не надо плотно закрывать двери в его комнату;
- Можно совершить сказочное путешествие по темной комнате вокруг его кровати, прокладывая пути к предметам, которые могут понадобиться ночью;
- Придумать игру, в ходе которой нужно входить в темную комнату, например: спрятать в квартире лакомства, а самые любимые в темной комнате.

3. Если ребенок боится собак:

- Купите ему игрушечную собачку, которую он может трогать и играть;
- Подзовите к себе забавного щенка и дайте ребенку возможность вдоволь насмотреться на его выходки, оставаясь рядом с ребенком, чтобы он не тревожился.

НЕ СЛЕДУЕТ:

- Запирать ребенка одного в темной или тесной комнате.
- Бить по рукам и лицу.
- Пугать животными.
- Объявлять ребенку бойкот.
- Смеяться над ребенком, называть трусишкой.
- Высмеивать, особенно при других детях.
- Наказывать за страх.

ПЕРЕД СНОМ НЕЛЬЗЯ:

- Устраивать шумные игры.
- Смотреть страшные фильмы.
- Читать сказки про волков, людоедов, злых волшебников.

ПОМНИТЕ: к страхам приводит большое количество запретов и недостаток тепла и ласки.