

Как любить детей

(памятка для родителей)

Любовь – деятельность, направленная на развитие того, кого любишь. Удовлетворение потребности ребенка в любви – основное условие его нормального физического и психического развития. В противном случае ребенок будет отставать в развитии, и его психическое и физическое здоровье будут нарушены. Он будет испытывать тревогу и враждебность по отношению к окружающему миру и другим людям.

Любить означает способствовать развитию самостоятельности, умению делать свободный осознанный выбор, готовности отвечать за последствия своего выбора. **Родительская любовь выражается в:**

1. В заботе. Это удовлетворение потребностей ребенка – физиологических, потребности в безопасности, признании, познании, общении, одобрении и др. Заботиться – значит учить ребенка преодолевать трудности и препятствия; учитывать его возрастные, индивидуальные возможности и интересы; признавать его автономность и возможность самостоятельного выбора в сфере личных предпочтений; предлагать и оказывать помощь, когда ребенок действительно в ней нуждается; объяснять причины требований и запретов; требовать соблюдения социальных правил поведения и норм безопасности. Подарки должны соответствовать интересам ребенка. Их дарят безоговорочно, стремясь доставить радость, в отличие от призов, которыми награждается хорошее поведение. Подарки не должны подменять общение родителей с ребенком. Они не должны быть средством контроля и подкупа.



2. В сотрудничестве. Проводить время вместе можно в: а) разговорах (слушать ребенка и отвечать на его вопросы, рассказывая о себе, своей жизни, об окружающем мире; интересоваться жизнью ребенка, его мыслями, чувствами, желаниями); б) совместных делах (подключать ребенка к своему занятию, подключаться к занятию ребенка, вместе выбирать интересное занятие); в) обсуждении семейных проблем и совместном принятии семейных решений. Очень важно совместное чтение, исследование природы, игры, продуктивные виды деятельности (конструирование, рисование, лепка, аппликация) и др.

Необходимо много общаться с ребенком вербально, советоваться с ним и спрашивать его мнение, обращаться к нему как к помощнику. Чаще пользоваться косвенными формами побуждения к действию (совет, просьба).

3. В близости – ласке, выражении нежных чувств. Любовь можно выражать словами и

не словесно – прикосновениями, поглаживаниями, объятиями, контактом глаз, улыбкой.

Характер физического контакта по мере подрастания ребенка меняется, но полностью он исчезать не должен.



Визуальный контакт следует использовать не при применении наказания или другой негативной оценки, как это часто бывает, а тогда, когда ребенку выражают любовь, поощрение.

Оценивая ребенка:

- не сравнивать его с другим ребенком, а сравнивать его лишь с собой вчерашним
- отделять личность ребенка от его поступков: личность принимать, а плохие поступки осуждать: не «Ты плохой», «Ты глупый», «Я тебя не люблю», а «Я расстроен из-за того, что ты дерешься», «Я недовольна тем, что ты разбросал игрушки», «Мне не нравится, что ты шумишь»
- хвалить не только стандартными фразами «Ты молодец», «Замечательно», «Ты умница», «Очень красиво», но и с помощью Я-сообщений («Я горжусь тем, что ты решил эту задачу сам», «Я рад тому, что ты подтянулся на турнике», «Я восхищена тем, что ты сам вызвался отвечать к доске», «Мне нравится, что ты съел весь суп»)
- чаще одобрять, чем порицать
- словесно одобрять чаще, чем поощрять материально
- осуждать наедине, а поощрять – публично
- хвалить ребенка в присутствии других детей, не противопоставлять его им
- одобрять или осуждать сразу вслед за поступком
- наказывать уменьшением доли поощрения (телевизор, компьютерные игры, сладости), а не лишением родительской любви и

другого необходимого – пищи, прогулки, телесных воздействий

- объяснять причины наказания и поощрения
- не использовать наказания слишком часто, т.к. к нему привыкают
- наказывая ребенка, не переставать его любить
- немедленно поощрять любые положительные изменения после наказания
- отдавать предпочтение не наказанию, а объяснению того, что хорошо, а что плохо
- прежде чем применять наказание, разобраться в мотивах поступка

4. В честности и самораскрытии. Вести задушевные беседы – рассказывать друг другу по очереди о прошедшем дне, произошедших событиях, достижениях и неудачах, о том, что взволновало, встревожило, обеспокоило, разозлило, обрадовало, вызвало интерес, удивило, обидело, заставило страдать и т.д. Делиться друг с другом нерешенными проблемами, возникшими трудностями. Разговор по душам не предполагает критики, осуждения, высмеивания, поучений, назиданий, в

доверие и будут утеряны. поддержку и безопасность, а возможность свои проблемы. ребенка, его взрослому самораскрытию интерес к его переживаниям.



противном случае открытость ребенка Обеспечивать ребенку эмоциональную тем самым – открыто обсуждать Откровенность желание открываться достигаются благодаря последнего. Проявлять настроениям и Помогать ребенку эмоции и выражать; не осуждать

осмысливать свои конструктивно их ребенка за чувства, в том числе отрицательные (гнев, обиду, печаль, страх, стыд, вину и др.). Развивать у ребенка навыки обсуждения и анализа проблем, поощряя его предлагать способы их решения.

Укреплять его веру в собственную способность преодолевать возникающие трудности. Слушая ребенка:

- стремиться понять его, даже если вы не согласны с ним; не спешить с выводами, уточнять и перефразировать его высказывание
- отключить внимание от себя и своих нужд и переключить его на ребенка и его нужды; думать о том, с кем общаешься, даже если тема разговора не представляет для вас интереса

• выслушивать ребенка до конца, не перебивая его, как бы не хотелось высказаться самому

• уметь анализировать невербальное поведение ребенка – позы, мимику, жесты, и по ним определять его эмоциональное состояние

• стараться говорить о том, что интересует ребенка, а не вас

Хвалить ребенка, если он говорит правду, невзирая на свой страх быть наказанным за проступок. Отвечать на вопросы ребенка честно и откровенно. Требуя от ребенка правдивости, быть честным самому.

5. В уважении и равенстве. Признавать автономность ребенка, его право на выбор, но при этом также иметь

право на собственные желания и жизненные планы. Реализовывать свой потенциал и помогать ребенку в осуществлении его возможностей. Не использовать ребенка для удовлетворения своих потребностей в тщеславии и власти.

Доверять ребенку, признавать его права, относиться к нему как к равному, как к личности, как к интересному человеку.

Помогать ему удовлетворять его потребности в безопасности, любви, уважении, свободе, самостоятельности, справедливости, равенстве, творчестве, познании, красоте, развитии и реализации способностей. Привлекать ребенка к принятию решений.

Прислушиваться к его критическим высказываниям. Поощрять успешность и самостоятельность ребенка, оставаясь готовым помочь ему. Позволять ему приобретать собственный жизненный опыт – убеждаться лично в том, какие действия разумны, а какие – нет; что можно делать, а чего следует избегать. Признавать право ребенка на ошибку и ее исправление, из его ошибок не делать выводы, что он «плохой». Дать ребенку возможность получить собственный опыт преодоления трудностей, борьбы с неудачами, побед над собой, отстаивания собственной позиции, сопротивления внешнему давлению, умения отказывать.

6. В понимании. Стремиться к объективности в восприятии ребенка. Стараться понимать истинные мотивы поведения ребенка и не приписывать ему мнимые мотивы. Учитывать интересы, возможности, способности, склонности самого ребенка, не навязывая ему своих предпочтений. Не проецировать на него собственные желания и взгляды. Относиться к нему как к отдельной личности, уважать



различия между собой и ребенком в мыслях, чувствах, потребностях, интересах, способностях, характере и темпераменте. Не требовать от него, чтобы он был похож на вас.

7. В запрещении того, что мешает развитию. Научить ребенка соблюдать правила и выполнять требования:

- ознакомить его с правилами, проговорить их с ним – попросить его повторить правила
- связать предъявляемое правило со значимыми для ребенка потребностями
- использовать внешние наглядные средства организации поведения, о которых предварительно нужно договориться с ребенком (часы, картинки, знак «Стоп», плакаты)
- регулярно напоминать об одних и тех же правилах допустимого поведения
- объяснять, почему чего-то делать нельзя или надо, коротко
- запрещая что-либо делать, предлагать альтернативный вариант поведения (называть деятельность, которую можно или следует выполнять)
- запрещая что-либо ребенку, не делать это и самому
- сократить число ненужных запретов, сведя их к трем: а) нельзя

посягать на интересы другого человека, б) нельзя не работать, в) нельзя подвергать себя опасности

- согласовать все правила, требования, ограничения и запреты между родителями и теми, кто принимает участие в воспитании ребенка

- требования начинать словами «как только» вместо «если» и «почему» (угроз и обвинений)
- одновременно с требованием давать ребенку инструкцию о том, как следует его выполнять (показ, разъяснение)

- предъявлять требования, доступные ребенку

на данный момент его развития. Например, годовалый ребенок не может сам убрать игрушки, а дошкольник не в состоянии в течение длительного времени оставаться в неподвижности

- перед началом непривлекательной для ребенка деятельности ввести ограничительную цель – обозначить временные рамки ее выполнения
- каждый день контролировать выполнение намеченных целей.



