

Семь правил, которые должен знать родитель

1. Говорите о том, во что вы верите. У любого взрослого человека есть свои желания, правила, принципы, убеждения, ценностные приоритеты. Если вы хотите. Чтобы они стали для ваших детей образцом, нужно открыто говорить о том, во что вы верите. Дети должны знать о вашем отношении к Добру или Злу, к правде и лжи, к ответственности за свои поступки и т.п. Это чрезвычайно важно, так как авторитет родителей позволяет детям уже в раннем возрасте учиться принимать правильные решения. Очень важно также, чтобы проповедуемые вами истины подтверждались вашими делами, поведением, жизненной практикой.
2. Устанавливайте в доме четкие, обоснованные и разумные правила. Дети знают, что за нарушение семейных правил будут обязательно наказаны. Если же с детьми подобных разговоров не велось необходимо сделать это как можно скорее. Очень важно привлечь детей в соавторы вырабатываемых в семье правил. Это не только воспитывает в ребенке ответственность, но и не позволит ему в дальнейшем считать себя несправедливым. Семейные правила должны предусматривать самые разные случаи и ситуации, в которых может оказаться ребенок. Будь он дома, в гостях или на вечеринке.
3. Не подвергайте своих детей искушению. Идеальный выход – полностью очистить свой дом от сигарет, пива и прочих алкогольных напитков. Лекарства храните в недоступных для детей местах.
4. Убеждайте своих детей в преимуществах активного деятельного образа жизни. Безделье, скука, отсутствие контроля становятся хорошей почвой для детской наркомании. Часто родители ссылаются на свою занятость, на физическую невозможность быть рядом со своими детьми каждую минуту. Но этого и не требуется. Нужно вместе с детьми выработать план повседневных занятий. Интересных дел, которые наполняют смыслом и пользой каждый их день.
5. Боритесь за здоровый образ жизни. Тем. Кто ставит перед собой благородный цели, всегда труднее, чем тем, кто ничего не делает. Пусть вашей целью станет здоровая жизнь, дружная семья, счастливое будущее детей. Научитесь сами и научите детей отделять зерна от плевел, хорошее от дурного, полезное от вредного.
6. Верьте своим ощущениям и подозрениям. Никто лучше своих родителей не знает и не чувствует своих детей. Поэтому, если вам вдруг показалось, что ребенок пробует наркотики или вернулся к ним снова., действуйте, не колеблясь ни секунды.

Рекомендации родителям (как развить индивидуальность ребенка)

Необходимо:

- Смотреть на ребенка как на личность.
- Видеть в ребенке его дарования, таланты, помогать развивать их.
- Использовать благоприятные моменты; помогать ребенку в полной мере развивать свои способности.
- Воспринимать своего ребенка (и себя тоже) как существо, находящееся в процессе становления и совершенствования.
- Дать ребенку то, что необходимо именно ему, а не то чего мы сами недополучили в детстве.
- Уделять ребенку много внимания.
- Отмечать его успехи, поощрять и хвалить его за старания.
- Указывать на ошибки, когда тот поступает неправильно, в приемлемой форме.
- Показывать ему, что можно делать, вместо того, чтобы указывать, чего делать нельзя.

Нельзя:

- Требовать от ребенка совершенства.
- Смотреть на ребенка как на чистую доску.
- Относиться к ребенку как к продолжению самих себя.
- Захваливать ребенка.
- Недооценивать способности и унижать достоинства ребенка.
- Читать ребенку нотации.
- Неадекватно оценивать его способности.
- Ограждать ребенка от любых трудностей.
- Навязывать ребенку то, чего сами недополучили в детстве.
- Не замечать его.
- Незаслуженно хвалить и критиковать.
- Чрезмерно опекать или предоставлять ребенка самому себе.
- Оставлять без внимания попытки.

Рекомендации (что я должен делать как родитель)

Во-первых, использовать свою родительскую любовь – это создает у ребенка чувство защищенности и будет способствовать развитию его личности. Часто в семьях встречаются дети, которые своими капризами, упрямством терроризируют окружающих. Многие из них просто неуправляемы. Причина такого положения в том, что их родители недооценили потребность ребенка в разумной родительской любви.

Другая причина, по которой родители не решаются использовать свою власть – это чувство вины, возникающее у них из-за того, что они не уделяют детям должного внимания (перегружены работой или другими заботами), т.е. из-за мягкотелости родителей дети получают слишком много свободы и оказываются предоставленными сами себе.

Власть дана родителям для того, чтобы используя ее, они помогли развить детям чувство уверенности в себе, чувство личной ответственности и способность к сознательному выбору. Лучший способ проявить родительский авторитет – это установить некие границы поведения, четко определить, что можно и что нельзя. Чем лучше они представляют себе, чего от них ждут, тем больше у них почувствовать родительскую любовь. И стремиться поступать родительскую любовь, и стремиться поступать именно так, т.е. совершая сознательный выбор. Прежде всего, родители должны установить для детей границы дозволенного в виде основных домашних правил. Они должны быть четко сформулированы и должны быть понятны детям, а за их нарушение их должно следовать заранее установленное наказание. Эти правила должны определять конкретные формы поведения.

Во-вторых, помочь выявить и развить способности и таланты, индивидуальность своего ребенка.

Чтобы на самом деле понять и помочь ребенку, необходимо отказаться от эгоистического желания видеть в детях то, что нам хотелось бы видеть, что льстит нашему родительскому самолюбию. Стараясь помочь ребенку развить чувство собственного достоинства и другие важные черты характера. Мы должны, как в зеркале показать ему, каков он на самом деле и чем отличается от других. Обязательно отличайте все его достоинства и позитивные проявления поведения. Родители могут навредить ребенку, если станут требовать от него хорошего поведения только для того, чтобы он им не мешал или доставить себе удовольствие. Напротив, если они внимательны к индивидуальности ребенка, если они помогают ему развивать свои таланты и способности, делятся с ребенком своими наблюдениями о нем, это служит мощным стимулом для формирования у ребенка чувства собственного достоинства, и побуждает его стремиться к совершенству.

В-третьих, создавать условия для развития детей, чтобы в каждый возрастной период, они решали свои задачи развития. Побуждая детей постоянно осваивать что-то новое, родители должны отдавать себе отчет в том, что возникают ситуации, с которыми дети не могут справиться самостоятельно. Внимательно наблюдайте за детьми, чтобы понимать, готовы ли они к той или иной ситуации.

Дети часто просят завести какое-то домашнее животное. Скажем, собаку. Бесполезно объяснять ему, что содержание собаки это ежедневный труд. У собаки есть желания и потребности, от которых трудно отмахнуться. Она живое чувство и требует заботы. Попробуйте договориться со знакомым и взять собаку на время (скажем хозяева уезжают в отпуск). В этой ситуации ребенок сможет реально оценить свои силы и более ответственно относиться к своим желаниям в будущем.

Быть родителями – значит уметь избегать крайностей. В одной ситуации важно увидеть, что ребенок готов справиться с возникшей проблемой. А в другой – столь же важно оградить его от выбора, если он еще недостаточно зрел для него. Не существует готовых рецептов, как поступать родителям в том или ином случае. Но для детей всегда самое главное – это наше внимание, уважение и поддержка, любовь. Позитивные подкрепления могут послужить руководством родителям, как выражать любовь к ребенку в соответствии с запросами его возраста. Это фразы, жесты, восклицания, смысл которых показать отношение к ребенку.

В-четвертых, уметь быть эмоционально уравновешенными, то есть адекватно реагирующими на происходящее в данный момент. Эмоции нужны человеку, они стимулируют к деятельности и способствуют умственному развитию. Если родитель способен научить ребенка искусству управлять своими чувствами, а подростки своевременно усвоившие трудную науку эмоционального самовыражения, не только вырастают добрыми и нравственными, способными к сочувствию и сопереживанию, но и приобретают навыки эффективного мышления и поведения, что помогает им легче войти во взрослую жизнь.

Родители в период воспитания детей-подростков, часто испытывают повышенные эмоциональные нагрузки. Постоянное подавление негативных эмоций может привести к психосоматическим заболеваниям. Теория гуманистической психологии предполагает, что все люди рождаются с громадными интеллектуальными возможностями, запасом любви и природной энергией. Однако все эти качества блокируются или становятся скрытыми во взрослых в результате накопившегося негативного опыта (страха, боли, обид, потерь и т.д).

О чувствах, эмоциональных зарядах, аффектах, возникших в стрессовых ситуациях, говорят как о чем-то подвижном, стремящемся к выражению. Например: любовь побуждает обнимать, а отвращение – отталкивать злость – убивать, а сострадание – залечивает раны близких людей. Эмоциональный заряд подобен топливу, выделяющемуся для совершения какого-либо действия на физическом уровне. Совершается действие – наступает удовлетворение, а что происходит, если эмоция не находит выхода?

Нереализованные эмоции в начале можно почувствовать как легкие (потеря доверия), затем они сгущаются до консистенции газа (боли), далее газ – до консистенции жидкости (обиды), жидкость – до массы (страх), а масса до камня (злости, гнева). Так мы получаем окаменевшую эмоцию, тело человека становится жестким, интонация голоса – грубой и резкой, а речь наполнена пессимизмом и критикой.

Подростки особо остро чувствуют внутренний психологический разлад в родителях и протестуют в разных формах. Это заставляет родителей обращаться за помощью к психологу, потому что сами родители чувствуют. Как их негативные эмоции ведут к мало

эффективным взаимоотношениям с подростками. Консультация у психолога приводит к освобождению от негативного опыта и в результате происходит эмоциональная разрядка (дрожь, смех, потение, плач и т.д.) эмоциональная боль проходит, и приходит ясное мышление. Как бы внутреннее видение всей трудной ситуации со стороны и успешное ее разрешение.

Осознание своей родительской роли в семье приводит к защите наших детей от зависимостей.

Педагогический стиль родителей.

1. Подчиняющийся стиль. Приверженцы этого стиля требуют от ребенка беспрекословного подчинения во всем. Ребенок может реагировать на такое отношение по-разному. Один внешне послушен, но внутренне протестует и такое противоречие может довести его до невроза. Другой – постоянно грубит и дерзит родителям.
2. Излишне требовательный стиль. Он выражается в стремлении ускорить развитие ребенка. Такие родители требуют от ребенка или подростка совершенства во всем. Ругают за малейшую оплошность в учебе или домашних обязанностях. Большое значение придают приобретению знаний и навыков, но не эмоциональному развитию детей. В общении с ними стараются проявлять как можно меньше чувств. Реакция детей на завышенные и преждевременные требования: подавленность, неуверенность в собственных силах, постоянная боязнь разочаровать родителей, что также ведет к неврозам.
3. Смягчающий стиль. Для него, наоборот характерно постоянное занижение требований ребенку, оправдание любых поступков. Ребенку стараются подобрать доброго нетребовательного учителя, избавить от любого напряжения, не поощрять проявление инициативы. Такие дети вырастают безвольными, не умеют нести ответственность за события своей жизни.
4. Близок к этому типу воспитания охраняющий стиль. Родители находятся в постоянном тревоге за ребенка, следят за каждым его шагом, выполняют любое желание. Стараются не допустить малейшего физического или психологического дискомфорта. Формируется зависимость от родителей. во всем вплоть до взрослых лет.
5. Излишне пылкий стиль. Свойственен больше мамам. Для него характерно чрезмерное проявление своих чувств к детям, восхищение их красотой, способностями, постоянные объятия, поцелуи и т.д. Привыкший к выражению постоянной любви поклонения в семье. Ребенок ждет того же и от всех окружающих людей, получая ожидаемой оценки и заботы, считает отношение к себе одноклассников и учителей несправедливым.
6. Небрежный стиль. Отличается полным невниманием к внутреннему миру ребенка, его психическим состоянием, переживаниям. Ребенок предоставлен сам себе. Нет требовательности, но нет и поощрения и необходимой ласки, любви. Равнодушие к

ребенку рождает у него безразличие к собственному внешнему виду., к переживаниям окружающих, к учебе. Нередко у особо чувствительных и замкнувшихся в себе детей формируется жестокость, стремление сделать кому-нибудь больно.

7. Угрожающий стиль. Проявляется в готовности наказать ребенка за любую, большую или малую провинность в постоянных угрозах. В семье все находится в постоянном напряжении, готовые в любой момент сорваться. Может сформировать у ребенка привычку хитрить, изворачиваться, чтобы избежать наказания. Или отказ от собственной точки зрения, лишь бы не связываться. Став старше, некоторые дети вообще перестают реагировать на угрозы, становятся неуправляемыми.
8. Непоследовательный тип. Такие родители легко меняют милость на гнев, от ласк переходят к угрозам. Могут пообещать, что-то сделать или купить под настроение, но обещаний чаще всего не выполняют. Характерный признак – непродуманность требований, наказаний и поощрений. Постепенно ребенок теряет уважение к родителям. Но самое главное, необдуманность поступков, вспыльчивость, непоследовательность становятся его собственным жизненным стилем.
9. Подкупающий стиль. В таких семьях отношения с ребенком строятся на товарно-денежной основе. Ребенок привыкает к тому, что его хорошее поведение, успешная учеба помощь по дому покупаются за деньги или подарки. Это формирует у него представление, что человеческие отношения вообще зависят только от количества денег.
10. Попробуйте определить свою принадлежность к тому или иному типу и оценить его сильные и слабые стороны. Это помогает отказаться от типичных родительских ошибок в отношении с ребенком.

Как воспитать лидера?

Прежде чем взяться за этот труд. Попробуйте ответить самим себе на вопросы:

1. Почему я хочу это сделать?
2. А хочет ли мой ребенок становиться лидером?
3. Какие качества я хочу в нем развивать и как я это буду делать?

Если вы по-прежнему полны энтузиазма, попробуйте воспользоваться следующими советами.

- Поощряйте стремление к исследованию, поиску нового.
- Позволяйте рисковать (в пределах разумного). Подчеркивайте важность стремления преодолевать преграды.
- Подбадривайте ребенка. Уверенность появляется, когда тебе говорят: «Я знаю, ты можешь это сделать!» И после: «Ты это сделал. Потрясающе!»
- Не старайтесь уберечь от ошибок и их последствий. Воспитывайте в ребенке решительность.

- Настраивайте на успех. Некоторые дети беспокоятся, прежде всего, о том, чтобы не потерпеть неудачу в каком-то деле. Тогда успехи не гарантируют даже высокие способности в этой области. Тот же кто верит в успех, добивается его сам и увлекает за собой других.
- Поддерживайте в ребенке высокий уровень притязаний. Поощряйте мечты и различные проекты, какими бы далекими от жизни они не казались. При этом важно, чтобы ребенок думал и о том, как эту мечту осуществить.
- Если ребенок встречается с препятствием, не спешите бросаться на помощь и делать что-то за него. Вместо этого спросите: «А что ты можешь сделать?» Умение предложить варианты и возможности для действия – вот отличительная черта лидера. Тот кто изучает проблему и указывает остальным способ ее решения, неизбежно встает во главе дела. Поощряйте их занимать руководящую должность.

- Помогите ребенку определить сферу его интересов. Кто-то станет заводилой в игре, а кто-то в учебе. Став взрослым, один человек создаст уникальную актерскую группу, другой возглавит смелую научную разработку или организуют новую политическую партию. Действуя в той области, которая ему хорошо знакома, ребенок приобретает уверенность, а именно она лежит в основе лидерства.

- Подскажите ребенку один из секретов, лидера – каждый день здороваться с каждым из подчиненных и улыбаться ему. Так и с ребенком: если он поддерживает хорошие отношения не только с тем, с кем дружит, но и с другими детьми, то в нем скоро увидят потенциального лидера.

- Поощряйте ребенка к выступлению перед большим количеством людей. Умение говорить с аудиторией без стеснения – одно из главных качеств лидера. Пусть ребенок потренируется дома. Подскажите ему, как нужно говорить – громче или тише, может быть более выразительно, куда ему следует смотреть и т.д.

Лидером становится тот, кто имеет три главных качества: уважение к другим, находчивость и ответственность. Он старается понять и выполнять правила (уважение к другим). В случае неудачи не оставляет попыток отыскать новые пути (находчивость). Умеет отвечать за последствия своих поступков (ответственность). Постарайтесь, чтобы ребенок понял: быть лидером – не значит быть сверхчеловеком. Главное – ставить перед собой реальные цели и использовать для их достижения свои способности.