

Батьківська скарбничка

Якими діти народжуються – ні від кого не залежить, але в наших силах зробити їх хорошими через правильне виховання.

Плутарх

Сучасна сім'я несе найбільшу відповідальність за виховання дитини. Саме вона має виконувати головне завдання – забезпечувати матеріальні та педагогічні умови для духовного, морального, інтелектуального й фізичного розвитку юного покоління.

Конституційним обов'язком батьків є утримання своїх дітей до повноліття. Законом України «Про освіту» на батьків покладена відповідальність за фізичне здоров'я та психічний стан дітей, створення належних умов для розвитку їхніх природних здібностей.

Від сім'ї починається шлях дитини до пізнання світу, свого становлення як особистості, шлях до шкільного навчання.

Адже життєвою дорогою дитину ведуть два розуми, два досвіди: сім'я та заклад освіти.

Якщо:

- *Дитину постійно критикують, вона вчиться ненавидіти;*
- *Дитину висміюють, вона стає замкнутою;*
- *Дитину хвалять, вона вчиться бути шляхетною;*
- *Дитину підтримують, вона вчиться цінувати себе;*
- *Дитина росте в докорах, вона вчиться жити з почуттям провини;*
- *Дитина росте в терпимості, вона вчиться розуміти інших;*
- *Дитина росте в чесності, вона вчиться бути справедливою;*
- *Дитина росте в безпеці, вона вчиться вірити в людей;*
- *Дитина росте у ворожнечі, вона вчиться бути агресивною;*
- *Дитина росте в розумінні і дружлюбності, вона вчиться знаходити любов у цьому світі.*

10 заповідей батьківства

Правил про те, як виховувати дитину, придатних на всі випадки життя, не існує. Усі діти різні. Кожна дитина унікальна, унікальні і наші з нею стосунки. Але є речі, які протипоказані при спілкуванні з будь-якою дитиною без винятку. Мова йде про те, чого батькам робити не можна.

Якщо ми хочемо виховати людину, якій притаманна самодисципліна, нам треба в першу чергу розвивати її самосвідомість, прагнути до того, щоб у дитини сформувався позитивний образ самої себе, і уникати всього, що руйнує цей позитивний образ.

Не принижуй дитину! Ми іноді запросто можемо сказати дитині: «А краще ти нічого не міг придумати? У тебе взагалі голова на плечах є?» і так далі. Всякий раз, коли ми вимовляємо що-небудь подібне, ми руйнуємо позитивний образ сина чи дочки.

Не погрожувай! «Якщо ти ще раз зробиш – ти у мене отримаєш!», «Якщо ти ще раз стукнеш братика, я тебе...» Кожен раз, коли ми так говоримо, ми вчимо дитину боятися і ненавидіти нас. Загрози зовсім марні – вони не покращують поведінки.

Не вимагати обіцянок! Добре знайоме: дитина завинила, а мама їй каже: «Пообіцяй, що більше ніколи-ніколи так робити не будеш» – і отримує, звичайно, обіцянку. А через півгодини дитина повторює свою витівку. Мама ображена і засмучена: «Ти ж обіцяв!» Вона просто не знає, що обіцянка нічого не означає для маленької дитини. Дитина живе тільки в сьогодні. Якщо вона чутлива і совісна, то вимагання обіцянок буде розвивати в неї почуття провини, якщо ж дитина не чутлива, це тільки навчить її цинізму: слово – це одне, а справа – зовсім інше.

Уникайте гіперопіки! Зайва опіка привчає дитину до думки, що сама вона нічого робити не може. Багато батьків не можуть оцінити можливостей дітей що-небудь робити самостійно. Прийміть як девіз: «Ніколи не роби за дитину те, що вона може зробити сама».

Не вимагай негайної покорі! Уявіть, що чоловік говорить вам: «Олена, кинь все і цю ж хвилину приготуй мені кави». Як вам це сподобається? Точно так само вашій дитині не подобається, коли від неї вимагають, щоб вона негайно залишила своє заняття, краще попередити її заздалегідь: «Хвилину через десять будемо обідати», тоді ми цілком можемо дозволити їй побурчати трохи: «Ой, мам! Я ще пограю». Слепе беззастережне підпорядкування характерно для маріонетки, але воно не сприяє формуванню незалежної, самостійної людини.

Не потурай дитині! Мова про вседозволеність. Діти відразу відчують, що батьки бояться бути твердими, коли вони переступають межі дозволеного, бояться сказати їм «ні». Це вселяє в них впевненість, що всі правила гумові – варто трішки натиснути, і вони розтягнуться. Таке може спрацьовувати в рамках сім'ї, але за її межами дитину чекають грізні розчарування. Потурати дитині означає позбавляти її можливості вирости пристосованою до життя людиною.

Не вимагай того, що не відповідає віку дитини! Якщо ви чекаєте від свого дворічного малюка, щоб він слухався, як п'ятирічний, то цим ви провокуєте у нього неприязнь до вас. Ви вимагаєте від нього зрілості поведінки, на яку він ще не здатний – це погано позначається на розвитку його самосвідомості.

Не моралізуй і не говори дуже багато! Кожного дня тисячі слів осуду вихлюпуються на наших дітей. Якщо всі їх записати на магнітофон і прокрутити мамам, вони будуть вражені. Чого тільки вони не говорять своїм дітям! Загрози, насмішки, бурчання, цілі лекції про мораль. . . Під впливом словесного потоку дитина “відключається”. Це для неї єдиний спосіб захисту і вона швидко його освоює. А оскільки відключитися повністю вона не може, то відчуває почуття провини, а це розвиває негативну самооцінку. Всі «моралі» зрештою для дитини зводяться до таких схем: «Те, що ти зробив, – це погано. Ти поганий, тому що це зробив. Як ти міг так вчинити після всього хорошого, що мама зробила для тебе?»

Рекомендації батькам гіперактивних дітей

- У своїх відносинах із дитиною дотримуйтеся «позитивної моделі». Хваліть її в кожному випадку, коли вона цього заслужила, підкреслюйте успіхи. Це допоможе зміцнити в дитини впевненість у власних силах.
- Уникайте повторень слів «ні» і «не можна».
- Говоріть стримано, спокійно і м'яко.
- Давайте дитині тільки одне завдання на певний відрізок часу, щоб вона могла його завершити.
- Для підкріплення усних інструкцій використовуйте зорову стимуляцію.
- Заохочуйте дитину до всіх видів діяльності, що вимагають концентрації уваги.
- Підтримуйте вдома чіткий розпорядок дня. Час прийому їжі, виконання домашніх завдань і сну повинні відповідати цьому розпорядкові.

Рекомендації батькам по корекції тривожності дітей

У роботі з дітьми з тривожністю необхідно

- Постійно підбадьорювати, заохочувати демонструвати впевненість у їхньому успіху, у їхніх можливостях;
- Виховувати правильне ставлення до результатів своєї діяльності, вміння правильно оцінити їх, опосередковано ставитися до власних успіхів/невдач, не боятися помилок, використовувати їх для розвитку діяльності;
- Формувати правильне ставлення до результатів діяльності інших дітей;
- Розвивати орієнтацію на спосіб діяльності;
- Розширювати і збагачувати навички спілкування з дорослими й однолітками, розвивати адекватне ставлення до оцінок і думок інших людей;
- Щоб перебороти скутість, потрібно допомагати дитині розслаблюватися, знімати напругу за допомогою рухливих ігор, музики, спортивних вправ; допоможе інсценізація етюдів на прямих сміливості, рішучості, що потребує від дитини психоемоційного ототожнення себе з персонажем; ігри, що виражають тривожність занепокоєння учасників, дають змогу емоційно відкинути пригніченість і страх, оцінити їх як характеристики ігрових персонажів, а не даної дитини, і на основі психологічного «розототожнення» з носієм гнітючих переживань позбутися власних страхів.
- Не сваріть дитину за те, що вона посміла гніватися на вас. Навпаки, поставтеся до неї, до її обурення з розумінням і повагою: допоможіть їй усвідомити і сформулювати свої претензії до вас.
- Тільки тоді, коли емоції згаснуть, розкажіть дитині про те, як ви переживали, коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть разом із нею владу форму висловлювання претензій.
- Поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі виховуємо своє роздратування, терпимо його доти, доки воно не вибухне, як вулкан, яким уже не можна керувати. Набагато легше й корисніше вчасно помітити своє незадоволення і проявити його так, щоб не принизити дитину, не звинуватити, а просто виявити своє незадоволення.

Особливості стилю поведінки із сором'язливими дітьми:

- Розширюйте коло знайомих своєї дитини, частіше запрошуйте до себе друзів, беріть дитину в гості до знайомих людей.

- Не варто постійно турбуватися про дитину, прагнути оберігати її від небезпек, в основному придуманих вами, не намагайтеся самі зробити все за дитину, запобігти новим ускладненням, дайте їй певну міру волі і відкритих дій.
- Постійно зміцнюйте в дитині впевненість у собі, у власних силах.
- Залучайте дитину до виконання різних доручень, зв'язаних із спілкуванням, створюйте ситуації, в яких сором'язливій дитині довелося б вступити в контакт з «чужим» дорослим. Наприклад: «Треба довідатися, про що ця цікава з чудовими картинками. Давайте запитаємо в бібліотекаря і попросимо дати їй нам подивитися». Звичайно в такій ситуації «вимушеного спілкування дитина спочатку на стільки, що вітається тільки пошепки, відводячи очі, і не відриваючись від руки матері. Зате, ідучи, прощається голосно й чітко, іноді навіть посміхається.

Кілька порад батькам замкнутих дітей

- Розширюйте коло спілкування вашої дитини, знайомте її з новими людьми.
- Підкреслюйте переваги і користь спілкування, розповідайте дитині, що нового й цікавого ви довідалися, а також, яке задоволення ви одержали, спілкуючись з тією чи іншою людиною.
- Прагніть самі стати для дитини прикладом людини, що ефективно спілкується.

Принципи спілкування з агресивними дітьми

- Пам'ятайте, що заборона й підвищення голосу – найнеефективніші способи подолання агресивності. Тільки зрозумівши причини агресивності і знявши їх, ви можете сподіватися, що агресивність дитини буде знижена.
- Дайте можливість вихлюпнути свою агресію, спрямувати її на інші об'єкти. Дозвольте їй побити подушку або розірвати «портрет» її ворога і ви побачите, що в реальному житті агресивність у даний момент знизилася.
- Показуйте дитині особистий приклад ефективної поведінки. Не допускайте при ній вибухів гніву.
- Важливо, щоб дитина повсякчас почувала, що ви любите, цінуєте і приймаєте її. Не соромтеся зайвий раз її приголубити або пожаліти. Нехай вона бачить, що потрібна й важлива для вас.

Поради батькам конфліктних дітей

- Стримуйте прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Треба звертати увагу на недоброчливі погляди один на одного або бурмотіння собі під ніс. Звичайно, в усіх батьків бувають моменти, коли ніколи й неможливо контролювати дітей. І тоді найчастіше виникають «бурі».
- Не намагайтеся припинити сварку, обвинувативши іншу дитину в її виникненні і захищаючи свою. Намагайтеся об'єктивно розібратися в причинах її виникнення.
- Після конфлікту обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте неправильні дії вашої дитини, що призвели до конфлікту. Спробуйте знайти інші способи виходу з конфліктної ситуації.
- Не обговорюйте при дитині проблеми її поведінки. Вона може утвердитися в думці про те, що конфлікти неминучі, і буде продовжувати провокувати їх.