

Консультации для родителей

Психологические рекомендации родителям.

Выстраивайте позитивные отношения между Вами и ребёнком.

1. Беседуйте с подростком дружелюбно, в уважительном тоне. Сдерживайте свой критицизм и создавайте позитивизм в общении с ним. Тон должен демонстрировать только уважение к подростку, как к личности.
2. Будьте одновременно тверды и добры. Взрослый должен быть дружелюбным и не выступать в роли судьи.
3. Поддерживайте подростка. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда. Когда он не достигает успеха.
4. .имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения.
5. Демонстрируйте взаимное уважение. Взрослый должен демонстрировать доверие к подростку, уверенность в нём и уважение к нему как личности.

Основные правила, которые необходимо учитывать родителям при взаимодействии с подростком.

1. Правила, ограничения, требования, запреты, обязательно должны быть в жизни каждого подростка. Это особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они идут на поводу у собственного ребёнка. Это попустительский стиль воспитания.
2. Правил, ограничений, требований, запретов, не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими. Это правило предостерегает от другой крайности – воспитания в духе «закручивания гаек», авторитарного стиля общения.
3. Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка (потребностей в движении, познании, упражнении, общении со сверстниками, мнение которых они уважают больше, чем взрослых).
4. Правила, ограничения, требования должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать.
5. Тон, которым сообщено требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.
6. О наказаниях. От недоразумений никто не застрахован и настанет момент, когда вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. Наказывая подростка, правильнее лишать его хорошего, чем делать ему плохое.

Важно помнить, что гораздо легче предупредить появления трудностей, чем потом преодолевать их.

Девять заповедей родительства.

1. Не жди, что твой ребёнок будет таким, как ты или как ты хочешь. Помогите ему стать не тобой, а собой.
2. Не требуй от ребёнка платы за всё, что ты для него делаешь: ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот – третьему: это необратимый закон благодарности.
3. Не вымещай на ребёнке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то и взойдёт.

4. Не относись к его проблемам свысока: тяжесть жизни дана каждому по силам, и будь, уверен, ему его тяжела не меньше, чем тебе твоя. А может, и больше. Потому что у него нет привычки.
5. Не унижай!
6. Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребёнка, мучь – если можешь – и не делаешь.
7. Помни – перефразируя одного человека, сказавшего это об отечестве, - для ребёнка сделано недостаточно, если не сделано всё.
8. Умей любить чужого ребёнка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.
9. Люби своего ребёнка любым: неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним, радуйся, потому что ребёнок – это праздник, который пока с тобой.

Воспитание ребёнка в семье.

Правило 1. Признание личности ребёнка и его неприкосновенности. Отсутствие произвола в действиях отца и матери.

Правила 2. Формированием адекватной самооценки. Человек с низкой самооценкой постоянно зависит от чужого мнения, считает себя недостаточным. Формирование самооценки ребёнка зависит от оценки его родителями т.к. в раннем возрасте ребёнок не умеет оценивать себя сам.

Правило 3. Приобщать к реальным делам семьи. Можно проводить мини совещание с участием всех членов семьи, совместно планировать семейные дела.

Правило 4. Развивать силу воли ребёнка. Научить проявить выносливость, смелость, мужественность, терпение. Учить прилагать усилия для достижения цели.

Правило 5. Учить планировать. Составлять план действий. Большое и сложное дело разбивать на ряд конкретных действий.

Правило 6. С малых лет приобщать к труду. Требовать выполнение домашних обязанностей, поручений. Можно наладить домашнее производство как обучение ремеслу, что повышает самооценку, сближает членов семьи.

Правило 7. Научить общаться с другими детьми, людьми.

Правило 8. Формировать нравственные качества: доброту, порядочность, сочувствие, взаимопомощь. Ответственность.

Информация для родителей.

Поведение и развитие ребёнка напрямую зависят от взаимоотношений в семье. Часто родители из-за большой любви к детям, которая не подкрепляется знанием основных закономерностей их психического развития, допускают грубые просчёты, травмирующие детей, деформирующие их психику. Они бессознательно используют такие модели воспитания, которые закладывают фундамент невротизации детей.

Вот наиболее типичные ошибки родителей и взрослых в воспитательных воздействиях и установках.

1. Негативная оценка деятельности ребёнка. Ребёнку нельзя говорить: «Ты не умеешь строить, рисовать и т.д.». В этих случаях ребёнок не может сохранить побуждение к данному виду деятельности.
2. Нельзя позволять, чтобы негативная оценка деятельности ребёнка распространялась на его личность. Это блокирует его развитие и формирует комплекс неполноценности. Неврологическое

- развитие ребёнка начинается с переживания низкой самооценки, вызванной отношением взрослых.
3. Очень важна интонация, эмоциональная окраска высказывания, обращённого к ребёнку. Дети раннего и дошкольного возраста реагируют не только на содержание высказывания взрослого, но и на эмоциональную окраску, в которой заключено отношение к ребёнку.
 4. Недопустимо сравнивать ребёнка (его дела и поступки) с кем-то другим, его нельзя никому противопоставлять. Такие сравнения являются с одной стороны психотравмирующими, а с другой – формируют негативизм, эгоизм и зависть.
 5. Родители должны создать такую систему взаимоотношений с ребёнком, в которой он будет воспринимать себя только благоприятно (как норму). Лишь в этом случае он сможет нормально реагировать на чужие успехи без снижения самооценки.
 6. Главная функция семьи заключается в том, чтобы способность социальной адаптации ребёнка исходила из его возможностей. Родители должны научиться регулировать степень психологической нагрузки на ребёнка, которая не должна превышать его возможностей.
 7. В отношениях к ребёнку недопустим резкий переход от только положительных оценок к резко отрицательным, от наказывающего тона к ласковому задабриванию.
 8. Рассмотренные особенности воспитания являются предпосылкой к появлению различных отклонений в поведении у детей. Если родители будут избегать данных ошибок в воспитании своего ребёнка, то очень многие проблемы в семье могут быть решены.

Правила эффективного общения.

Правило 1. Слушая ребёнка, дайте ему понять и почувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием, о котором он вам рассказывает. Для этого выслушайте ребёнка, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Вы «убьёте» сразу трёх «зайцев» :

- Ребёнок убедится, что вы его слышите;
- Ребёнок сможет услышать самого себя со стороны и лучше осознать свои чувства;
- Ребёнок убедится, что вы его поняли правильно.

Правило 2. Слушая ребёнка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют, что у них всё в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимика не совпадают, всегда отдавайте предпочтение мимике, выражению лица, позе, жестам, тону голоса.

Правило 3. Поддерживайте и подбадривайте ребёнка без слов.

Улыбнитесь, обнимите, подмигните, потрепите по плечу, кивайте головой, возьмите за руку.

Правило 4. Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребёнка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым. У вас может не быть готовых ответов на все вопросы.

Правило 5. Поощряя ребёнка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например: спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом...»