

Консультация для родителей

«Учимся принимать и понимать своего ребёнка»

Зачастую у родителей существует некий шаблон «идеального ребенка», под который они пытаются подогнать свое чадо, активно исправляя и постоянно делая ему замечания.

Однако, в процессе воспитания детей родителям не следует забывать простую истину – мы все отличаемся друг от друга. Так почему же ваш ребенок должен во всем быть «под копирку» с другими детьми? Он должен оставаться в первую очередь самим собой, когда хочет смеяться, грустить, веселиться или плакать, одним словом, выражать свои эмоции. Для воспитания наибольшее значение имеет принятие родителями своего ребенка. Зачем это нужно? Как родителям принять своего ребенка? Что дает ребенку принятие его родителями?



Потребность в любви относится к базовым потребностям человека, и ее удовлетворение имеет особое значение для детей. Недостаток материнской любви и тепла всегда негативно отражается на формировании личности ребенка и всей его дальнейшей жизни.

Для ребенка важно не только ощущать и видеть внимание и заботу родителей, но и слышать приятные слова. Для него также необходима ласка, поэтому даже подросших детей нужно обнимать. Положительные эмоции помогают ребенку осознать, что его любят, а значит, он будет расти счастливым и здоровым.

Только в случае принятия ребенок может ощутить родительскую любовь, доверять, а общение с родителями будет складываться по принципу диалога. Принятие ребенка означает признание его как отдельной личности со всеми присущими ей качествами, понимание его права на индивидуальность, в том числе отличие от родителей.

Хорошие родители, которые способны принять своего ребенка, обладают такими качествами, как эмпатия, искренность, и способны на безусловное позитивное отношение к нему.

Эмпатия – это способность понимать другого человека и сопереживать ему. Если родители ее проявляют, то в семье создается доверительная

обстановка и дети растут в атмосфере любви и внимания. Застенчивые и скрытные дети не доверяют взрослым, бояться быть высмеянными и наказанными, поэтому чаще разговаривайте с ними и выслушивайте их, проявляйте понимание и сочувствие. Если ребенок делится своими переживаниями, то нужно ценить и принимать его доверие.

Искренность – это естественное выражение своих эмоций и естественность в действиях. Она способствует установлению доверительных отношений с ребенком, вызывает у него ощущение безопасности и способствует непринужденному поведению

Безусловное позитивное отношение подразумевает принятие ребенка таким, какой он есть, со всеми его достоинствами и недостатками. Не поддавайтесь раздражению и желанию изменить ребенка во что бы то ни стало. Конечно, нельзя поддерживать и одобрять все, что ребенок совершает, необходимо объективно его оценивать. Но также надо понимать его мотивы, трудности и ограниченные возможности в связи с недостаточными знаниями и опытом. Не поддавайтесь чужим негативным высказываниям о вашем ребенке и не допускайте, чтобы кто-то плохо отзывался о нем в вашем присутствии. Разберитесь сами в том, почему ребенком недовольны, и принимайте меры, исходя из родительской любви и пользы для его здоровья, развития и формирования характера.

Многие люди после рождения ребенка не знают, что делать дальше. Они вспоминают стереотип поведения родителей и пытаются ему соответствовать: начинают кормить-поить, контролировать, учить, ругать, заставлять и т.д. Они не проявляют по отношению к ребенку любви, теряют искренность и естественность. Такие родители считают, что они всегда должны любить ребенка, не должны думать о нем плохо, все должны делать ради него, должны всегда улыбаться, и в результате совершают множество ошибок. Главная ошибка заключается в том, что они пытаются не быть собой и оказываются слишком строгими и мягкими. Они сдерживают свои эмоции, так как боятся проявить, где надо, жесткость или показать радость и счастье, что нарушает баланс эмоций и энергии в семье и негативно отражается на воспитании ребенка, а значит, его характере и здоровье.

Для того чтобы научиться принимать ребенка, необходимо в первую очередь принять себя как личность, а также осознать право как на положительные, так и негативные эмоции по отношению к нему. Однако проявлять их следует адекватно (без чрезмерности, в зависимости от ситуации, приемлемым для воспитания способом). Если человек принимает самого себя, то он способен принять другого человека, и в первую очередь своего ребенка. Сложно принять непослушного и агрессивного ребенка, но ведь его поведение выработалось под влиянием

самих родителей, и взаимоотношения можно изменить. Ведущая роль в этом отводится родителям, так как им проще понять свои ошибки, чтобы скорректировать поведение и помочь ребенку измениться.

Бывают случаи, когда родителям сложно принять ребенка в определенной ситуации. Например, из-за своей болезни или тяжелого рабочего дня они не могут заняться с малышом игрой, долго с ним разговаривать, но можно все-таки постараться уделить ему внимание.

Если поведение ребенка вызывает у вас недовольство, то не нужно делать вид, что все хорошо. Дети улавливают двойственность поведения и внутреннего состояния родителей и перестают им по этой причине доверять.

Естественное поведение родителей помогает ребенку в развитии. Например, он понимает, что может играть в любые игры, но если кто-то в семье заболел, то лучше выбрать спокойное занятие, без шума. Если родители не прячут истинных чувств, то и дети могут проявлять различные эмоции, растут более уравновешенными, понимают чувства других. Родители, проявляющие искренние чувства, понимают, что другие члены семьи и родственники принимают ребенка в разной степени, но без необходимости не вмешиваются в чужие взаимоотношения.

Принятие вызывает у ребенка ощущение, что его любят. В результате он растет уверенным, активным, развивается полноценно. Он направляет усилия на собственное развитие, а не на борьбу с родителями и завоевание их любви. Искренность и честность в отношениях с детьми способствуют взаимному уважению и пониманию. Если родители



проявляют их, то и дети в дальнейшем ответят им тем же. Принятие или непринятие ребенка проявляется ежедневно в различных ситуациях. Чтобы

определить, насколько вы принимаете своего ребенка, обратите внимание на то, как вы его оцениваете, какими словами это выражается и как часто это делаете. Не высказывайтесь негативно по поводу самого ребенка, в случае необходимости выражайте неодобрение по поводу его действий и поступков, не затрагивая личности и без оскорблений.

Необходимо дать ему понять, что вы его по-прежнему любите, но недовольны поведением и хотите помочь исправиться.

«Если ты не сделаешь это, то я тебя не буду любить», «если ты согласишься, то будешь хорошим», «если так, то ты мне не сын (дочка)» - такие фразы неправильные, произнося их, родители ставят условия, совершая большую ошибку. В этом случае речь не идет о любви и принятии ребенка.

Берегите доверие ребенка и взаимоотношения с ним, которые сложились, пока он еще был маленьким, но не пытайтесь удерживать взрослеющего ребенка все время рядом. Если вы его искренне любите, то предоставляйте ему самостоятельность и не мешайте дальнейшему переходу во взрослую жизнь.

Принятие ребенка, кроме всего перечисленного, включает также предъявление к нему адекватных требований. Если родители требуют от ребенка слишком многого или, наоборот, предоставляют ему полную свободу, то такое воспитание не способствует гармоничному развитию и формированию полноценной личности.

Часто родители требуют от ребенка того, чего сами не могут достичь. Если ребенок не соответствует их ожиданиям, то они страдают от комплекса неполноценности. Так как считают, что не справились с воспитанием. Примером может явиться требование учиться на пятерки по всем предметам или стать чемпионом в каком-то виде спорта. Если ребенок оправдывает надежды родителей, то они воспринимают его заслуги как свои личные. При этом желания и интересы ребенка остаются без внимания, а его потребности нереализованными.

Осознать завышенные требования к ребенку помогут ответы на следующие вопросы:

- Разочаровывают ли вас неудачи ребенка?
- Испытываете ли вы раздражение, если ребенок с чем-либо не справляется?
- Проявляете ли вы любовь к ребенку, если он получил плохую оценку, не справился с поручением по объяснимым причинам?
- Выполняли ли вы раньше что-либо за ребенка (застегивали пуговицы, решали задачи и пр.)?
- Сам ли ребенок выбрал творческий кружок, спортивную секцию или это занятие было вашей мечтой?
- Умеете ли вы проигрывать с достоинством и каким образом вы являетесь для ребенка?
- Показываете ли вы ребенку свое разочарование в нем?

Уже из вопросов понятно, что если раньше вы не приучали ребенка к самостоятельности, то неразумно требовать от него помощи по хозяйству. Если ребенок вынужден заниматься тем, что ему не

интересно, то у него отсутствует положительная мотивация и стремление к достижениям. Любящие родители, понимающие в первую очередь самих себя, выдвигают к ребенку адекватные требования. Они учитывают не только его возраст, возможности и опыт, но и интересы. Они принимают его таким, какой он есть, направляют в развитии и тем самым помогают реализоваться в жизни.

Если родители осознают себя, умеют быть собой, то они понимают, что ребенок – это отдельная личность, которая имеет право на индивидуальность (непохожесть, наличие своих потребностей и желаний). Тогда они адекватно воспринимают его и находят способы общения, интересные обеим сторонам и полезные для развития ребенка. Противоположностью строгих и требовательных родителей являются родители, которые проявляют по отношению к своему ребенку попустительство. Они не занимаются воспитанием ребенка и не помогают ему выработать ориентиры, не объясняют, что можно, а что нельзя, не направляют его в развитии. Такое поведение взрослых связано с нежеланием ответственности и неумением быть авторитетом, лидером в отношениях с ребенком. Они не проявляют внимания к нему, мало о нем заботятся и совсем не контролируют его поведение. В этом случае ребенок лишен родительской любви и тепла. Таким поведением родители эмоционально отвергают его, так как считают его плохим. В особо тяжелых случаях оставляют ребенка безнадзорным, лишая его не только любви, но и еды, одежды, крова. Наиболее часто родители формально заботятся о своем ребенке, но отвергают его эмоционально. Они не играют с ним, не занимаются другой совместной деятельностью, их общение бессодержательно и сводится к перекидыванию фразами, наполнено упреками. Внутренний мир ребенка для них не интересен. Если предъявляющие завышенные требования родители заранее выстроили его образовательный и карьерный путь, то интересы самого ребенка не имеют для них никакого значения. Недостаточная забота о ребенке в дошкольном возрасте у нерадивых родителей может смениться завышенными требованиями в школьном и подростковом возрасте. Они считают, что ребенок вырос и теперь все может делать сам, в том числе заботиться о них. Часто именно такие родители боятся остаться в одиночестве в старости, поэтому заранее требуют повышенного внимания к себе. Попустительское отношение к ребенку может иметь и другие формы, например перфекционизма и потворства. В первом случае родители эмоционально отторгают ребенка, рационально объясняя это тем, что он недостойн их любви, так как не выполняет требований или наказан. Их поведение основывается на искаженном восприятии образа ребенка и отсутствием любви и уважения прежде всего к самим себе. Потворство – это эмоциональное отторжение ребенка на фоне

вседозволенности. Родители, не задумываясь, удовлетворяют желания своего чада, идут у него на поводу, но не проявляют своей любви. Они не желают вступать во взаимоотношения с ребенком, не размышляют о нем, не замечают его потребностей и интересов. Им проще разрешить ребенку все что угодно, подарить его подарками, отправить на длительный срок в детский лагерь или учиться за границей. Дети в таких условиях растут избалованными и не получают родительской любви и ласки. При этом потворствующие родители могут препятствовать установлению близких доверительных отношений своего ребенка с другими людьми. Узнав об этом, они пытаются его оградить от всяческих контактов. В некоторых случаях потворство переходит в жестокость. Еще один вариант недостаточной детской опеки – это компенсаторная гиперопека. Родители не принимают ребенка полностью на эмоциональном уровне, но желают казаться хорошими. В результате они начинают все время о нем думать, чрезмерно опекают, тревожиться о его здоровье. Им все время кажется, что с ребенком может что-то случиться, он находится в центре их внимания, но такое восприятие не способствует развитию личности ребенка и приводит к болезням. Те родители, которые читают литературу по воспитанию, обращаются за помощью к психологам, обычно любят своих детей, интересуются ими и желают вырастить их полноценными личностями. Среди них, к счастью, практически отсутствуют негативные формы воспитания с чрезмерно завышенными требованиями и полным попустительством, однако такие элементы порой можно подметить. Выявление и осознание этого помогает найти способ исправить ошибку, изменив свое отношение к ребенку и применив эффективные методы воспитания.

