Как любить детей?

Выступление на родительском собрании во 2-х классах.

Базовыми потребностями человека являются потребность в любви, уважении, признании.

Удовлетворяя эти потребности у ребенка мы помогаем вырасти личности, находящейся в гармонии с самим собой.

Конечно, воспитание детей — это нелегкий труд, но, возможно, вам помогут следующие правила воспитания, основанные на удовлетворении базовых потребностей.

1. **Безусловная любовь.**

Безусловно принимать ребенка — значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, помощник, а просто так, за то, что он есть. Психологами доказано, что потребность в любви, в нужности другому — одна из фундаментальных. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, важен. В словах это проявляется: «Как хорошо, что ты родился», «Я рада тебя видеть», «Мне хорошо, когда мы вместе».

Необходимо с особенным вниманием относиться к оценкам ребенка. К сожалению, для большинства родителей стали привычными высказывания типа «Вот бестолковый!» Всем родителям необходимо понять: каждое такое высказывание, каким бы справедливым по сути оно ни было, наносит глубокий вред отношениям с ребенком, нарушает его уверенность в родительской любви. Если вы назвали своего ребенка недотепой, трудно ожидать, что он согласится с вами, и уж вряд ли это заставит изменить его свое поведение. А вот если обсуждению подвергся поступок, ребенок сам его оценит и сделает правильные выводы. Он может ошибиться и в следующий раз, по слабости пойти по легкому пути, но рано или поздно высота будет взята.

Актуальный вопрос: Если мы принимаем ребенка, мы не должны никогда на него сердиться?

Нет. Скрывать и копить негативные чувства нельзя. Их надо уметь выражать. Вот основные правила:

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.

Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы непозволительными они ни были. Раз они у него возникли, на то есть основание.

Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.

Многие родители считают, что ни в коем случае нельзя показывать детям свою любовь – приведет к избалованности. Напротив, все неблагоприятные личностные черты происходят от недостатка любви, когда создается эмоциональный дефицит, нет глубокого психологического контакта. Глубокий психологический контакт с ребенком — это универсальное требование воспитания. Основа для сохранения контакта – ваша искренняя заинтересованность во всем, что происходит в жизни ребенка. Как осуществляется контакт – 1) контакт глаз, 2) физический контакт – приобнять, поцеловать, потрепать по голове, притронуться к руке и т.п., физический контакт важен и взрослым; но для ребенка он имеет огромное значение; 3) пристальное внимание – когда ваше время и внимание уделено только ребенку и только ему – пусть это будет 30 минут, но только для ребенка, не в перерыве между приготовлением ужина и мытьем посуды спросить «как дела?», а проявить искреннюю заинтересованность делами и чувствами ребенка (иначе ребенку будет казаться, что все на свете важнее него, и как следствие не будет чувствовать себя в безопасности); 4) умение активно слушать.

Важно научиться активно слушать, то есть возвращать ребенку в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство. Попробуйте поменять привычные фразы.

— Не буду носить эту шапку! — говорит ребенок.

— Тебе она очень не нравится, — скажите в ответ, вместо традиционного: «Перестань капризничать, она вполне приличная».

Своим советом или критическим замечанием вы как бы сообщаете ребенку, что его переживание неважно. Напротив, ответы по принципу активного слушания показывают, что родитель понял внутреннюю ситуацию ребенка. И это приносит плоды.

Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом. Но как сказать, чтобы это не было разрушительно ни для него, ни для вас? Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о нем, не о его поведении. Вместо: «Перестань тут ползать, ты мне мешаешь», скажите: «Мне трудно собираться на работу, когда под ногами кто-то ползает».

Вместо: «Ты не мог бы потише сделать музыку», скажите: «Меня очень утомляет громкая музыка». Вместо «Мне не нравится, что ты неряха», лучше сказать: «Мне не нравится, когда за стол садятся с грязными руками».

Высказывая свои чувства без приказа ли выговора, мы оставляем за детьми возможность самим принять решение. И тогда — удивительно, они начинают учитывать наши желания.

1. **Уважение.**

Если хотим воспитать человека, которому присуща самодисциплина надо развивать его самосознание, стремиться, чтобы у ребенка развивался положительный образ самого себя, и избегать того, что разрушает этот образ.

- Не унижайте ребенка!

Мы иногда запросто можем сказать ребенку: «А лучше ты ничего не мог придумать? У тебя вообще голова на плечах есть?» и так далее. Всякий раз, когда мы произносим что-либо подобное, мы разрушаем положительный образ сына или дочери.

- Не угрожайте!

«Если ты еще раз сделаешь - ты у меня получишь!», «Если ты еще раз стукнешь братика, я тебя...» Каждый раз, когда мы так говорим, мы учим ребенка бояться и ненавидеть нас. Угрозы совершенно бесполезны - они не улучшают поведения.

- Не вымогайте обещаний!

Хорошо знакомо: ребенок провинился, а мама ему говорит: «Пообещай, что больше никогда-никогда так делать не будешь» и получает, конечно, обещание. А через полчаса ребенок повторяет свою проделку. Обещание, как угроза, относится к будущему. А ребенок живет только в настоящем. Если он чувствителен и совестлив, то вымогание обещаний будет развивать в нем чувство вины, если же он не чувствителен, это только научит его цинизму: слово - это одно, а дело - совсем другое.

- Не опекайте излишне!

Это умаляет ребенка в его собственных глазах. Излишняя опека приучает его к мысли, что сам он ничего делать не может. Многие родители недооценивают возможностей детей что-либо делать самостоятельно. Примите как девиз: «Никогда не делай за ребенка то, что он может сделать сам».

- Не требуйте немедленного повиновения!

Представьте, что муж говорит вам: «Дорогая, брось все и сию же минуту приготовь мне кофе». Как вам это понравится? Точно так же вашему ребенку не нравится, когда от него требуют, чтобы он немедленно оставил свое занятие, лучше предупредить его заранее: «Минут через десять будем обедать», тогда мы вполне можем позволить ему поворчать немного: «Ой, мам! Я еще поиграю». Слепое безоговорочное подчинение характерно для марионетки, но оно не способствует формированию независимого, самостоятельного человека.

- Не потакайте ребенку!

Речь о вседозволенности. Дети сразу почувствуют, что родители боятся быть твердыми, когда они переступают границы дозволенного, боятся сказать им «нет». Это вселяет в них уверенность, что все правила резиновые - стоит немножко поднажать, и они растянутся. Такое может срабатывать в рамках семьи, но за ее пределами ребенка ждут горькие разочарования. Потакать ребенку - значит лишать его возможности вырасти приспособленным к жизни человеком.

- Будьте последовательны!

В субботу у мамы хорошее настроение, и она разрешает сыну нарушать все правила (или какие-то из них). В понедельник, когда он делает то же самое, она «наваливается на него, как тонна кирпичей». Детям необходима последовательность в требованиях. Они должны знать, чего от них ждут. Беспорядочность в разрешениях и запретах этому не способствует.

- Не требуйте того, что не соответствует возрасту ребенка!

Вы требуете от него зрелости поведения, на которую он еще не способен - это плохо сказывается на развитии его самосознания.

- Не морализируйте и не говорите слишком много!

Каждый день тысячи слов порицания выплескиваются на наших детей. Чего только мы не говорим своим детям! Угрозы, насмешки, ворчание, целые лекции о морали... Под влиянием словесного потока ребенок «отключается». Это для него единственный способ защиты, и он быстро его осваивает. А поскольку отключиться полностью он не может, то испытывает чувство вины, а это развивает отрицательную самооценку. Все «морали» в конечном итоге для ребенка сводятся к таким схемам: «То, что ты сделал, - это плохо. Ты плохой, потому что это сделал. Как ты мог так поступить после всего хорошего, что мама сделала для тебя?»

- Пусть ребенок остается ребенком!

Представьте себе, что вы - педагогический гений и воспитали образцового ребенка: тихого, всегда уважительного к взрослым, который никогда не бунтует и не выходит из-под контроля, делает все, что взрослые от него хотят. У него нет отрицательных чувств к чему-либо и к кому-либо, он высокоморален, совестлив и аккуратен, никогда никого не обманывает. Но, может быть, тогда мы имеем дело с маленьким взрослым? Психологи считают, что «образцовый» ребенок - не счастливый ребенок. Это ребенок под маской. Он спрятал свое «я» под оболочку, а внутри у него очень серьезные эмоциональные проблемы.

Воспитывая детей, развивая их самодисциплину, давайте не забывать, что они все-таки дети. Давайте оставим за ними это право!

**О наказании…**

Не бить! Устойчивость побоев в качестве наказания связана с довольно сильной внешней эффективностью метода, но эта эффективность со знаком минус. Физические наказания ведут к срыву тормозных процессов коры мозга и буйству оборонительного рефлекса. Именно страхом объясняются крики ребенка: «Прости, я больше не буду!». Да, он подчиняется. Но неосознанно, из инстинкта самосохранения. Это не решает конфликта.

Присмотритесь к маленькому и безнадежно зависящему от вас. Этот несильный удар — тоже жестокое наказание, потому что мы бьем беззащитного, бьем, чтобы ребенок боялся. Систематическое применение побоев может надломить волю ребенка и превратить его в покорную личность, неспособную на независимые решения.

Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий. Только тогда он будет взрослеть и становиться сознательным. Естественное следствие непослушания — это наказание, исходящее из самой жизни и потому ценное, так как ребенок начинает усваивать одну из основных истин: винить кроме себя некого.

Наказывать ребенка, лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое. Например, не взять его на традиционную воскресную рыбалку. Важно, чтобы дети восприняли ограничение как справедливое (а они очень хорошо чувствуют справедливость). Тогда ограничение превратится в самоограничение.

Ни в коем случае не лишать того, что необходимо для полноценного развития: еды, воздуха, игрушек.

## Творческое наказание

Правильное наказание — наиболее творческий момент общения. Очень эффективно наказание в виде экспромта, неожиданного действия. Момент неожиданности иногда оказывает более сильное воздействие, чем самое строгое наказание. Вот как одна мама решила отучить своего сынишку врать. Во время очередного вранья она остановила его и попросила: «Открой рот! Ага, все ясно, язык распух! Когда же твой язык перестанет говорить неправду?». На ребенка это произвело впечатление, и он постепенно стал следить за своими словами.

1. **Признание**

3. Каждый хороший поступок ребенка заслуживает родительского одобрения. Не бойтесь хвалить детей и не демонстрируйте им, что примерное поведение — нечто само собой разумеющееся и реагировать стоит лишь на неправильные поступки. Если мы приучим себя замечать в детях все их хорошие проявления, включая «сущие мелочи», и поощрять их при каждом удобном случае, это, возможно, в корне изменит их поведение. Чтобы укрепить их стремление к хорошему, позвольте им как-нибудь «подслушать», как мы рассказываем об их успехах своим друзьям.

Взрослым людям известно, как важна практика. Дети тоже знают об этом. Они понимают, что если им хочется научиться кататься на велосипеде, надо пережить все неизбежные поначалу падения и неудачи. Для тех, кто учится чему-то новому, ошибки становятся естественным шагом на пути к умению и успеху.

Любая форма обучения в какой-то степени нарушает покой и равновесие человека, так как на начальной стадии все переживают неуспех. Мы ощущаем свою неловкость, и достижение результата кажется нам утомительным и занимающим слишком много времени. Однако если при этом мы получаем чье-либо одобрение, нам легче «падать», легче выдерживать до конца и мы с большей вероятностью стадии умения.

Упорно занимаясь, мы развиваем самодисциплину. Неизбежно сопутствующие процессу обучения строгость и ограничения переживаются ребенком легче, если у него есть стабильная доброжелательная связь со взрослыми — родителями и учителями. В этом случае дети учатся еще одному важному навыку — просить помощи и принимать ее. Если помощь оказывается правильно, дети начинают прислушиваться к тому, что говорит им взрослый, и ценить его мнение.

Если ребенок учился чему-то достаточно терпеливо и усердно, он овладевает навыком и у него появляется чувство уверенности: «Я могу это сделать!», «Я справлюсь!», «Здорово!» Это чувство несравнимо ни с чем, и большинство детей хотят переживать его снова и снова. Отсюда берет корни самоуважение. Оно возникает не от внешней похвалы, а от осознания, что можно достичь чего-то самостоятельно. Если ребенок делает то, чего не умел раньше (спускаться по лестнице, кататься на роликовых коньках? играть на музыкальном инструменте, читать на английском языке), у него возрастает самооценка — независимо от того, получает ли он оценку извне или нет. Задача родителей и учителей — заботиться о том, чтобы дети все время осваивали какую-то новую для них деятельность. Ощущение продуктивности собственных усилий помогает ребенку формировать сильные черты характера — уверенность, готовность к риску, инициативность и невозмутимость перед трудностями. Став взрослым, такой человек будет работать не только ради денег или ради соответствия чьим-то ожиданиям, но и ради сопутствующего работе удовольствия.

Умение что-либо делать, как правило, становится предметом одобрения и восхищения окружающих. Когда малыш учится ходить, бегать, произносить первые слова, родители и родственники реагируют с воодушевлением, и ребенок заново ощущает свою эмоциональную связь с ними. Чем более сложным является умение, тем шире круг людей, способных оценить наши достижения. Удовольствие от успеха возрастает, когда мы чувствуем, что другие люди разделяют нашу радость.

Но здесь нас могут подстерегать опасности. Если дети стараются изо всех сил завоевать одобрение важных для них людей, они теряют контакт с собственными желаниями и способностями. Поэтому важно не только выражать радость от достижения ребенком результата, но и демонстрировать признание самой личности ребенка и ее своеобразия.

В заключении хотелось бы сказать, что главные люди в жизни ребенка – родители. Мы в глазах наших детей — пример для подражания. Они без устали наблюдают за нами, и подмечают все наши реакции и особенности поведения. Их интересуют малейшие проявления наших эмоций, особенно — в экстремальных ситуациях.

Наши дети перенимают у нас шкалу оценок, которые мы, как они видят, даем тем или иным обстоятельствам. Они отмечают, что вызывает у нас наиболее сильную негативную реакцию: плохая оценка в дневнике, или недостойное поведение по отношению к соседскому ребенку. Карандашные рисунки на обоях, или — драка с одноклассниками. Они запоминают, какие события нас больше всего радуют: встреча с другом, к примеру, или приобретение нового наряда. Их память фиксирует, на что мы с большей легкостью тратим деньги.

Дети воспринимают модель поведения родителей в сложных стрессовых ситуациях. Если вы умеете преодолевать трудности, они тоже этому научатся.

Один из самых могущественных стимулов для человека — уверенность в том, что его ценят, любят, и уважают как личность. Помня об этом, он постарается не обмануть доверие дорогих ему людей, а особенно — родителей, не испортить то хорошее впечатление, которое у них складывается о нем.

Цените каждое мгновение радости, которую приносит вам общение с детьми.