

Маленькие хитрости в общении с детьми

В наш век бизнеса и скоростей многие родители чувствуют себя виноватыми, поскольку вынуждены много работать и не могут проводить достаточно времени со своими детьми. Если вы пока не можете изменить свой режим работы, то найдите хотя бы полчаса времени в день для ваших детей.

Минимум полчаса в день – это то время, которого будет достаточно, чтобы ребенок чувствовал ваше присутствие и поддержку.

Пусть это будут телефонные звонки или личное общение, но ребенок должен знать, что есть определенное время, когда он со своими родителями может пообщаться. Если в семье не один ребенок, то эти полчаса должны отводиться на каждого ребенка и от каждого из родителей, то есть полчаса от мамы, полчаса от папы, а не тридцать минут в совокупности на одного ребенка. Малыш должен знать, что у него есть его время и оно наступает регулярно. Если, например, в это время родители разговаривают с ребенком по телефону, то они могут спрашивать, что у него произошло, что было нового и интересного. Можно рассказывать какие-то истории или сказки, т. е. посвящать общение только интересам ребенка.

Общение с детьми строится на языке, понятном им. Любой разговор, требование, похвала или объяснение должны быть понятны ребенку. Пользуйтесь короткими предложениями. Если ребенок убирает комнату, то сформулируйте краткое конкретное требование, например: «Возьми этого мишку и положи в ящик», «Убери книги на полку». Когда вы хвалите ребенка, объясните ему, за что вы его хвалите, например: «Ты молодец, потому что красиво нарисовал цветок». Ребенку нужно знать, за что он заслуживает похвалу, а за что его ругают, и понимать те объяснения, которые при этом дают родители.

Существуют две крайности, мешающие воспитанию детей. Первая – когда с самого рождения с ребенком начинают сюсюкаться и продолжают это делать до его совершеннолетия и позже. Таким образом родители укрепляют его в мысли, что он все еще маленький, глупенький, его от всего мира надо защищать и спасать. Вторая крайность – отношение к только что родившемуся ребенку как к равному, когда у годовалого ребенка спрашивают: «Что мы сегодня на ужин будем готовить – курицу или мясо?» Родители задают ребенку вопросы, на которые он вообще ответить не может. Таким образом они ставят малыша в тупик и перекладывают на него взрослые решения. Пользы для ребенка в этом нет никакой, ведь ему важно, что мама с папой сами все знают и берут на себя ответственность. Должна быть золотая середина между этими крайностями: ребенок – значимый член семьи, но он не маленький взрослый и не вечный малыш.

Общение с ребенком должно быть спокойным, базирующимся на похвале и одобрении. Наказаний должно быть значительно меньше, чем одобрений и похвалы, если родители хотят вырастить полноценного, счастливого и жизнерадостного человека. Если же наказания будут играть большую роль в

общении родителей с детьми, то велика вероятность вырастить зависимого, депрессивного и во всем сомневающегося человека.

Поведение родителей и их поступки являются руководством для детей, как им самим надо поступать.

Если ребенок сделал или сказал что-то, что вам не понравилось и это произошло впервые, то стоит проигнорировать это. Возможно, этот поступок больше не повторится. Бывает, что родители фиксируют внимание на каких-то случайностях и придают им слишком большое значение. Таким образом это событие может быть зафиксировано в поведении ребенка. Ведь он может не знать и не понимать, что он сделал не так. Тогда он наделит свои действия каким-то негативным смыслом и впредь будет их бояться. Осторожно относитесь к первым проявлениям нежелательного поведения детей. Лучше спокойно объяснить им, в чем они были не правы.

Дети воспитываются на примере поступков своих родителей. Слова играют меньшую роль. Дети считывают наши поступки, эмоции, реакции. Часто родители говорят одно, а поступают в жизни совсем по-другому. Родители, не ждите, что если вы сказали ребенку, как надо себя вести, и описали все это красивыми словами, то ребенок будет делать именно так. Он будет поступать, как поступаете вы сами.

Не зря говорят, что мы все родом из детства. Ребенок впитывает то, что он видит в семье.

Родители, чтобы привить ребенку желание учиться, занимайтесь с ним играя. Современные родители тратят деньги на всевозможные кружки, учебные центры и репетиторов для своего ребенка. Обучающая нагрузка должна соответствовать возрасту крохи. Не все преподаватели способны создать для каждого малыша индивидуальную программу, и ребенок может по-настоящему сильно устать. Если же малыш будет постоянно уставать и перегружаться, то у него произойдет охлаждение и угасание интереса к процессу обучения.

Родители, внимательно наблюдайте за желанием ребенка идти на занятия, получать знания. Не надо заставлять ребенка читать в три с половиной года. Ведь это не соответствует ни физиологическим, ни возрастным нормам развития. Он, конечно, может начать читать и в три с половиной, но есть риск, что в дальнейшем это занятие для него будет крайне неприятным, если вы, дорогие родители, переусердствуете. Пусть ребенок начнет читать в пять-шесть лет, перед школой, и такая практика будет вполне оправданной. Странно слышать, как родители надеются, что ребенок будет любить книги, если сами взрослые не читают. Трудно представить, что ребенок будет ходить с удовольствием в музыкальную школу, если родители не любят и не слушают классическую музыку. Сложно сделать из ребенка художника или спортсмена, когда сами родители спорт не любят или не умеют рисовать и не понимают живопись. Стремления детей нужно поддерживать, интересоваться результатами, подчеркивать, как это интересно, и хвалить за успехи.

Для становления уверенного взрослого человека важно, чтобы понимающий и любящий взрослый всегда был рядом, но на шаг отставая от ребенка.

Будьте искренни с ребенком. Ребенок считывает родительские эмоции и чувства и доверяет им, а не словам. Если родители неискренни, дети инстинктивно поймут, что их обманывают. Похвала ребенку должна быть естественной и честной: малышу важно понимать, за что его хвалят. Двойные послания и стандарты плохо сказываются на понимании ребенком того, что на самом деле происходит. Двойное послание – это когда чувства и слова расходятся. Например, ваш ребенок построил замок из кубиков. Ему хочется, чтобы вы похвалили его. При этом вы равнодушным голосом, даже не взглянув на замок, говорите: «Да-да, хорошо получилось». На самом деле ребенок чувствует ваше равнодушие, несмотря на то что вы похвалили его. Ему сложно понять, как на самом деле вы оценили его труд. У ребенка не складывается адекватная самооценка из-за того, что у родителей много двойных посланий. Это создает для него проблему в общении с другими детьми. Он не будет понимать, что ему принимать за истину – эмоции, которые идут от человека, или его слова. Он будет постоянно сомневаться, где же, на самом деле, правда. Сомнения в себе и в окружающих станут основной проблемой вашего ребенка.

Для становления уверенного взрослого человека важно, чтобы понимающий и любящий взрослый всегда был рядом, но на шаг отставая от ребенка.

Взрослый дает возможность ребенку проявлять самостоятельность, боится его, присматривает. И когда ребенок может сделать что-то опасное для своей жизни, взрослый, выходя на первый план, останавливает ребенка и объясняет ему, почему он так поступил. Очень важно, чтобы взрослые разрешили ребенку проявлять самостоятельность. Многие родители не знают, как поступать, когда ребенок играет с новыми игрушками. У них возникает желание сразу же показать, как нужно играть. Родители, с одной стороны, дарят ребенку игрушку, а с другой – диктуют и устанавливают правила игры. Создайте ребенку поле для творчества и экспериментов. Дайте ему проявить самостоятельность.

Если ребенок попросит вас о помощи, то будьте рядом и окажите ему эту помощь.

Воспринимайте ребенка как самостоятельную личность и проявляйте уважение к его действиям и желаниям. Что такое самостоятельная личность? Иногда родители считают, что ребенок – это их создание, эксперимент, игрушка, собственность. Но ребенок, как ему только перережут пуповину, становится самостоятельным человеком. Он всю жизнь стремится к отделению от родителей.

Родители, поощряйте проявление самостоятельности ваших детей.

Даже самый маленький ребенок имеет право сказать, что он любит, а что – нет. Есть, конечно, вещи, которые мы можем донести до него, но не факт, что они будут восприняты и услышаны. Например, родители предлагают детям новые продукты, объясняя, как они полезны и вкусны. Но необязательно

детям продукты понравятся, и они подчинятся вашему предложению попробовать их. Иногда родителям кажется, что их ребенок фантазирует, говорит неправду, и многим хочется вывести его на чистую воду, жестко потребовать, чтобы малыш не обманывал. Не будьте так строги, дайте ребенку пофантазировать, что-то приукрасить. Если что-то не является принципиальным моментом, то и обманом это нельзя назвать. Фантазия развивает воображение. Для ребенка это естественный процесс, который развивает его самостоятельность. Он формирует собственное мышление ребенка. Когда ребенок видит, что в него верят и доверяют ему, то это очень хорошо. Он не будет обманывать вас нарочно, потому что знает, что вы ему верите. Если родители все время подчеркивают, что они не верят, если каждое слово они подвергают контролю, то получается совсем обратный процесс. Ребенок действительно начинает обманывать, потому что ему уже сказали, что он врун, и он оправдывает такое мнение. Нужно больше доверять ребенку и щадить его, быть тактичным с ним. Даже маленькому ребенку важно, чтобы с ним общались уважительно.

Родители должны быть готовы к возрастным изменениям ребенка.

Возрастные кризисы существуют. Это важный этап развития детей. Самый известный кризис – подростковый. Теоретически о нем все родители знают, при этом мало знают о кризисах в год, три года и в шесть-семь лет. Каждый раз они с удивлением осознают, что их малыш уже в кризисе. О том, что ребенок – человек, что он родился, все знают, но то, что с ним происходят изменения, например возрастные или личностные, родители мало информированы.

Информация – важная часть общения родителей с детьми.

Можно быть хорошо подготовленными к трудностям и возрастным изменениям, если владеть необходимой информацией.

Формируйте доверие в общении с детьми с момента их рождения.

Необходимо, чтобы между родителями и детьми всегда были доверительные отношения. Они складываются, если интерес родителей к тому, что происходит с ребенком, будет искренним, неподдельным. То время, которое родители выделяют на общение с ребенком, достаточно важно. Ближе к подростковому возрасту есть большая вероятность, что эти доверие и откровенность сохранятся. Но база для доверия и откровенности закладываются в раннем возрасте. Если честности в отношениях не было с самого начала, то не стоит надеяться, что ребенок в подростковом возрасте начнет с вами откровенничать и спрашивать вашего мнения. Он, конечно же, пойдет за советом к друзьям, а не к родителям. А если доверие было и ребенок верит своим родителям, то есть большая вероятность, что он пойдет к ним за советом и помощью. Конечно, в подростковом возрасте снижается ценность семьи и увеличивается доверие к сверстникам и своему социуму, но если с детства общение было выстроено правильно, то подростковый период переживается менее болезненно.

Теперь вы узнали многое о детях, получили рекомендации и советы, как стать хорошими родителями. Для многих людей это является жизненно важной ценностью. Но с этой ценностью могут быть связаны переживания, чувство вины, тревога за свое несовершенство. У каждого из нас бывают проблемы, плохое настроение, неважное самочувствие. Иногда нам просто ни на что не хватает времени. В эти моменты мы ведем себя не совсем правильно с нашими детьми. Отмахиваемся от них, не хотим и не можем лишней раз что-то объяснить или повторить. Бывает, что мы злимся, обижаемся на них, а потом расстраиваемся, что так не по-взрослому себя вели. Каждый человек имеет право на ошибку. Не вините себя за отдельные неправильные моменты вашего поведения.

Мы вам откроем маленький секрет – идеальных родителей не существует!

Главное, что вы любите своих детей, заботитесь об их развитии и честны с ними. Со временем дети оценят и поймут вашу искреннюю любовь к ним.

