Памятка для родителей.

Рекомендации: Как правильно сформировать

Демократический стиль семейного воспитания.

Дорогие родители!

Воспитание ребёнка - это очень непростой процесс. От родителей требуется терпение, чуткость, внимательность и заботливость. Каждый родитель хочет воспитать достойного человека, но главное - не забывать, что от стилей воспитания, которые родитель использует, многое зависит, а именно то, каким человеком вырастет сын или дочь.

Стиль воспитания – это совокупность частных установок, понятий, принципов, ценностных ориентаций, обеспечивающих условия для развития ребёнка и его подготовки к общественной жизни.

В основном психологи выделяют три стиля воспитания: демократический, авторитарный, попустительский. Из всех троих стилей воспитания именно демократический стиль является наиболее предпочтительным, так как максимально способствует гармоническому развитию ребёнка.

Демократический стиль воспитания это – заботливость и внимательность, последовательность и справедливость, умеренная строгость и чёткие правила и требования.

Мы советуем Вам следовать основным рекомендациям, которые будут способствовать выработке у Вас демократического стиля воспитания.

1) Ребёнку необходимо чувствовать себя любимым и нужным, ведь от этого зависит его эмоциональное благополучие. Если ребёнок не получает достаточного количества любви, то он будет чувствовать отрицательные эмоции, которые могут привести к негативным последствиям. Например, могут не складываться отношения с окружающими и постоянно преследовать неудачи. Как бы ни банально звучала данная рекомендация, не забывайте говорить Вашему ребёнку о том, что любите его. Каждый из нас хочет быть любимым и особенно ребёнок, который нуждается в любви родителя.

2) Ребёнок не должен быть кумиром семьи, в подобном отношении к нему отслеживается потакание всем его желаниям, завышенная оценка возможностей ребёнка, нередко поощряются негативные формы поведения и ребёнком слишком

часто восторгаются. Что в такой ситуации можно сделать? Можно, предварительно, всё трезво взвесив и обдумав, на листе бумаги написать положительные и отрицательные качества характера ребёнка. Положительных качеств получилось больше? Возможно, так и есть в действительности, но может быть, обратная ситуация. В любом случае, глядя на написанные качества характера, лучше всего вспомнить конкретные примеры из жизни, либо подтверждающие, либо опровергающие наличие положительных и отрицательных черт характера. Если отрицательных качеств больше, то задумайтесь, так ли это на самом деле. Возможно, Вы недооцениваете собственного ребёнка, который Вам кажется слишком неуспешным и т. п.

3) Приучайте ребёнка оказывать пусть маленькие, но приятные знаки внимания в виде, например, помощи по дому. Если ребёнок не хочет этого делать, не заставляйте. Спокойно объясняйте ему, что если он сейчас поможет Вам, то из него вырастет аккуратный и, возможно, трудолюбивый человек.

4) Повышенная опека может навредить ребёнку. Что можно сделать, чтобы Ваш ребёнок вырос самостоятельным? Помогайте ребёнку в выполнении домашних заданий, но не делайте их вместо него. Если ребёнок упорно отказывается делать всё самостоятельно, нужно спокойно объяснить ему необходимость самостоятельного выполнения домашних заданий. Если и это не помогает, то тогда разумнее всего постепенно приучать ребёнка к самостоятельности. Как? Первое время находитесь с ним рядом, когда он выполняет уроки, пусть пишет и читает сам, а Вы можете что-то исправить или подсказать.

   В дальнейшем таких подсказок должно становиться всё меньше и меньше. Очень важно, если ребёнок совершил ошибку, не ругайте его, а спокойно объясняете, что ошибки бывают даже и у взрослых людей, главное их во время исправить. Если Вы будете ругать Вашего ребёнка за ошибки, то он будет испытывать неуверенность в себе, которая приведёт к тому, что он не сможет без постоянной Вашей помощи выполнять домашние задания.

5) Следите за формированием у ребёнка добрых привычек и являйтесь примером для него самого. Научите различать добро и зло. Как это сделать? На доступном пониманию ребёнку уровне объясните, что такое добро и что такое зло. Объясните, что есть достойные люди, доброта которых является их немаловажным качеством. Как сформировать в ребёнке доброту? Объясните ему, что есть такой замечательный

способ, как самовоспитание. Что это такое? Самовоспитание - это воспитание в себе качеств, которые не достаточно выражены или не выражены вовсе.

Прежде чем использовать такой нелёгкий метод, как самовоспитание, необходимо осознать у себя либо полное отсутствие данного качества, либо слабую его выраженность. Спокойным голосом, не пытаясь обидеть, приводя конкретные примеры из жизни, скажите про недостаток. Потом нужно замотивировать ребёнка на желание измениться, потому что, пока такого желания нет, ничего не получится. Как только появится желание измениться в лучшую сторону, можно начинать работать над собой.

Любой ли характер можно сформировать, спросите Вы? Я отвечу так; многое зависит от типа темперамента, который изменить практически невозможно. Темперамент - это природная база для формирования характера. Темперамент изменить практически невозможно, а вот характер подкорректировать вполне возможно. Если всё-таки не удаётся сделать это самостоятельно, то можно обратиться за помощью к школьному психологу, который проведёт курс психокоррекции, направленный на изменение черт характера.

6) Для максимальной гармонии в семье необходимы единые требования родителей. Выработайте совместную позицию. Например, мама ребёнка не разрешает смотреть телевизор больше 1 часа в день, а отец ребёнка позволяет ему смотреть гораздо больше. Как здесь выработать единую позицию? Родителям нужно спокойно обсудить последствия для здоровья длительного просмотра телепередач или фильмов, например. В данной ситуации, возможно, окажется более правой мать ребёнка, ведь запрещая, она пытается заботиться о здоровье ребёнка.

   Приведу ещё один пример. Мать ребёнка подростка 13 лет запрещает ему гулять с друзьями по выходным, а отец считает, что ребёнок может гулять с друзьями в субботу. Здесь, скорее всего, прав отец, который понимает значимость общения в подростковом возрасте для ребёнка. Матери хочется, чтобы ребёнок больше времени уделял семье, но на данном этапе развития ведущим типом деятельности является личностное общение со сверстниками. Ведущий тип деятельности – такая деятельность ребёнка, развитие которой определяет наиболее важные изменения в психологических особенностях его личности. Подростку необходимо общение именно со сверстниками, а не только с членами семьи. В общем, необходимо

договариваться, используя психологические знания. Откуда их взять? Например, читать различные психологические книги, например известного психолога Гиппенрейтер или можно сходить на приём к школьному психологу, который сможет помочь выработать единую позицию, а также расскажет обо всех особенностях того или иного возрастного этапа.

7) Следите за здоровьем ребёнка. Не забывайте, что ребёнок переживает определённые кризисы. Первый «школьный» кризис происходит в 7 лет и связан он с поступлением в школу. Поведение ребёнка может сильно измениться, он может стать нервным, возбудимым или наоборот замкнуться в себе. Что требуется от родителей? Терпение, любовь и забота, а также внимание к школьной жизни ребёнка. Главное понимать, что ребёнок проходит адаптацию (приспособление) к новым условиям жизни, порядку дня, к школьным правилам, приспосабливается к требованиям учителя, знакомится с одноклассниками. От того, насколько успешно пройдёт адаптация, зависит поведение родителя. Родителям нужно максимально подробно расспрашивать ребёнка о том, как прошёл учебный день, об отношении к учителю и одноклассникам, спрашивать про его настроение. Что делать, если ребёнок не хочет идти в школу? Это повод обратиться к школьному психологу, который поможет разобраться в сложившейся ситуации и сформирует положительное отношение к школе, а также хороший уровень школьной мотивации.

За кризисом 7 лет следует кризис 12 лет, так называемый подростковый кризис. Это один из самых сложных этапов в жизни подростка и его родителей. Подросток выражает негативизм по отношению к взрослым. Почему? Задача подростка – научиться отстаивать свою точку зрения и не только в кругу сверстников. Подросток часто провоцирует конфликтные ситуации и может проявлять агрессию. Как на неё реагировать? Миролюбиво, используя специальные техники обратной связи, которые помогут снизить агрессию.

- констатация факта (Ты ведёшь себя агрессивно!)

-коннстатирующий вопрос (Ты злишься?)

- раскрытие мотивов агрессивного поведения (Ты хочешь меня обидеть?)

-обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению. («Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я сержусь, когда на меня кто-то кричит»).

Давая обратную связь, взрослый должен быть доброжелательным, заинтересованным и твёрдым.

8) Для гармонии в семье необходимо отказаться от тотального контроля. Что это такое? Это контроль над каждым действием ребёнка. Родители, считающие, что за ребёнком нужно устанавливать максимальный контроль, будут, отпуская его гулять, постоянно ему звонить, например. Где есть тотальный контроль, там нет места доверию. Доверие - это одна из основ в отношениях в семье.

   Вместо тотального контроля можно способствовать развитию у ребёнка самоконтроля своего поведения. Как это сделать? Например, предложить собрать из геометрических фигур несложные узоры или повторять за взрослым разнообразные слова, но не названия цветов, их повторять нельзя, вместо этого, встретившись с названием цветка, нужно хлопнуть в ладоши один раз. Также же можно переписывать предложения, в которых нет определённых букв, дописывая нужные буквы. Если не получается сформировать самоконтроль самостоятельно, то можно обратиться за помощью к школьному психологу, который с помощью психокоррекции поможет сформировать необходимый уровень самоконтроля у ребёнка.