

Ребёнок и семья

Лидия Шнейдер,
доктор психологических наук,
Марина Рогач,
педагог-психолог

Все родители на вопрос о том, каким бы они хотели видеть своего ребёнка, обычно отвечают: «Честным», «Добрым», «Умным», «Хорошим человеком» и т.д. Что же нужно для того, чтобы ребёнок вырос таким?

Прежде всего — нужно его любить. На первый взгляд, подобное утверждение может показаться банальностью. Все родители любят своих детей. Но так ли это? Когда дети нас радуют, мы, конечно, не скупимся на выражение своей любви. Но бывает и так, что они нас огорчают или просто мешают нашим взрослым делам.

Педагоги и психологи утверждают, что дети, выросшие в обстановке постоянной и ощутимой любви близких, в сознании своей защищённости, раскрываются лучшими своими качествами. Те же, кто лишён живой родительской любви или недополучил её, склонны вести себя иначе: они замкнуты, угрюмы, порой даже озлоблены.

Родители должны создавать чувство уверенности в том, что малыш защищён, что о нём заботятся, его любят. Если вы хотите сформировать у ребёнка желательные черты поведения, почаще хвалите его. Родители, поступающие таким образом, создают положительный эмоциональный сдвиг, являющийся мощным средством формирования черт поведения, а потом и личностных качеств ребёнка. Только хвалить нужно за дело, то есть за действительные достижения детей.

Как пишет В. Клайн: «Родители, безусловно, имеют большое влияние в семье, и всё-таки дети, взрослея, приобретают свои особые индивидуальные черты и качества, совершенно отличающиеся от родителей. Задача родителей — позитивно влиять на их развитие, помочь им стать психически полноценными, зрелыми, порядочными людьми».

Он сформулировал десять «золотых» правил воспитания счастливых детей:

Правило первое — стимулируйте интеллект ребёнка с помощью организации соответствующей деятельности и окружения. Самое важное здесь — не упустить время, потому что в раннем возрасте есть определённые периоды, когда мозг ребёнка наиболее восприимчив к стимуляции развития тех или иных качеств и навыков.

Правило второе — формируйте правильную самооценку ребёнка. Важнейшая характеристика каждой человеческой личности — её самооценка. Свой собственный образ, закреплённый в нашем сознании, будет определять любое решение, которое придётся принимать в жизни. Высокая самооценка даёт ребёнку смелость идти на риск, исследовать неизведанное, браться за что-то новое, иногда терпеть неудачи, но, в конце концов, побеждать.

Правило третье — научите ребёнка общаться. Благополучное будущее наших детей в немалой степени зависит от их способности правильно общаться с окружающими.

Правило четвёртое — контролируйте просмотр телепередач (игры на компьютере), чтобы дети не стали «телеманами». Родители могут прибегнуть к различным воспитательным мерам, чтобы отучить детей от бесцельного времяпрепровождения у экрана. При этом необходимо заполнить их досуг активными занятиями: домашними делами, спортом, музыкой, полезной работой.

Правило пятое — воспитывайте у ребёнка ответственность, совесть, честность. Многие научные исследования подтверждают, что воспитание совестливо-

сти и нравственности требует постоянных дополнительных объяснений со стороны родителей на тему «Что такое хорошо и что такое плохо». Это требует и от самих родителей примеров достойного, ответственного поведения.

Правило шестое — научите ребёнка выражать любовь, проявлять свои чувства и правильно относиться к сексу. Самый простой и надёжный способ вырастить ласковых, любящих детей — окружить их заботой и нежностью с самого детства. Дети обязательно должны видеть, как мама и папа целуют и обнимают друг друга при встрече и уходя из дому, это должно быть частью семейного ритуала.

Правило седьмое — установите разумные правила работы и поведения в рамках чёткой дисциплины. Закрепление положительного опыта творит чудеса в мотивации детей, побуждая их к новой деятельности и успеху. В большинстве случаев положительный опыт гораздо эффективнее любого наказания. Необходимо помнить, что ответственными, знающими и умеющими дети становятся постепенно, это процесс, занимающий долгие годы.

Правило восьмое — обеспечьте своего ребёнка знаниями и умениями. Родителям стоит обдумать, как поощрять стремление детей заняться чем-то новым, как увлечь их разнообразной деятельностью. Заполните жизнь своих детей посильными трудностями, преодоление которых приведёт к успеху. Важно начать развивать способности, пробовать силы в раннем возрасте, чтобы приучить ребёнка к постоянной деятельности, ведущей к успеху. Но всё это должно быть радос-

тью, игрой, забавой, а не тяжкой повинностью.

Правило девятое — воспитывайте самостоятельность и независимость: не делайте за ребёнка то, что он может сделать сам. Конечная цель в воспитании детей — «победителей» — заключается в том, чтобы подготовить их к тому периоду, когда они оставят родительский дом, выйдут из-под опеки родителей и заживут самостоятельно. Поэтому родители постоянно заботятся о создании ситуаций, которые дают возможность детям проявить ответственность на деле, испытать себя в трудностях.

Правило десятое — установите тёплые отношения с ребёнком, основанные на взаимопонимании. Главное в общении — быть неравнодушным, заботливым и любящим. И ещё одно — каждому ребёнку обязательно нужно выделять специальное время, когда никто и ничто не мешает ему общаться с одним или с обоими родителями, — общаться часто. Пойдите на прогулку, покатайтесь на машине, пообедайте в кафе, приготовьте вместе ужин или семейный обед. Пусть это станет традицией. Создавайте такие ситуации, когда только ребёнок находится в центре вашего внимания, заботы, любви.

Ответим на вопросы, которые часто задают родители.

Что значит любить ребёнка?

Надёжные взаимоотношения с детьми строятся на безоговорочной любви к детям. Благодаря любви родителей к детям удовлетворяется важнейшая эмоциональная потребность детей — в любви.

Любить ребёнка — значит принимать его, понимать, чутко относиться к его душевному состоянию, к его стремлениям, влиять на развитие его эмоций и чувств.

Ребёнок исключительно чувствителен к тому, как настроена мать. Свои первые впечатления о мире он получает через эмоции. Ребёнок чувствует, когда родители любят его безо всяких условий; если же родители любят его условно — в зависимости от его успехов, поведения, то он теряет уверенность в себе, становится тревожным, напряжённым.

Показывая свою любовь к ребёнку, надо помнить, что поступки действуют на детей гораздо сильнее, чем слова. Образ жизни семьи — основа воспитания.

Сколько времени необходимо уделять ребёнку?

«Необходимо больше быть с детьми», — пишут в многочисленных педагогических статьях и говорят психологи. Но сколько это «больше» и «как долго» по времени это должно продолжаться? Но, если спросить ребёнка, сколько времени в воскресенье он провёл с мамой или папой, он вряд ли будет точен. Зато он подробно расскажет, что именно он делал с родителями и было ли ему это приятно: «Мы ходили в парк аттракционов. Мне так понравилось летать с папой в самолёте...» Ребёнку важно не количество проведённого с ним времени, а как оно проведено. Иногда десять минут, проведённые в сердечной беседе (в психологическом смысле слова), для ребёнка значат гораздо больше, чем целый день, проведённый с вами вместе, но когда вы, сдерживая зевоту, просто присутствовали в его играх.

Часть времени дети дошкольного и младшего школьного возраста проводят, играя сами с собой, с друзьями, в детском саду или школе, занимаясь рисованием, конструированием, чтением и т. д. Но кроме всего этого, ему необходимо общаться с вами.

Ребёнок до трёх лет очень чувствует ваше присутствие в том пространстве, где пребывает он сам. Иногда кажется, что ребёнку всё равно, чем занят родитель, лишь бы он был рядом. В этот период жизни взрослый, находясь рядом с ребёнком, создаёт у него необходимое чувство безопасности.

Ребёнку более старшего возраста необходимо не просто близкое присутствие взрослого, а искреннее общение с родителем как личности с личностью. Он хочет переживать чувство общности с ними, принадлежности к семье, стремится к тому, чтобы его уважали, считались с ним, с его мнением. И здесь особенно важно, как именно проводить с сыном или дочерью время. Не сколько времени вы пробыли с ребёнком, а что и как делали вместе, имеет решающее значение.

В сущности, какого-то специального времени для этого не надо. Достаточно и тех промежутков времени, когда вы дома, субботы и воскресенья. При этом совсем не обязательно, чтобы каждую свободную минуту вы чем-то занимались с ребёнком, играли, рассказывали. Не надо мучиться мыслью, что вы уделяете ему недостаточно времени.

Иногда родителям бывает трудно сообразить, о чём говорить с ребёнком, чем заняться с ним. Если вы уделите ему внимание искренне, то можете не волноваться, он сам за вас ре-

шит эту проблему. Чего-чего, а выдумки, оригинальности в этом деле детям не занимать.

Можно предложить несколько вариантов.

1. Вы предлагаете ребёнку подключиться к выбранному вами занятию. Например, берёте его с собой на рыбалку, в поход, в мастерскую, приглашаете присоединиться к уборке квартиры, приготовлению пищи и т.п. Участвуя в ваших делах, ребёнок познаёт мир и занятия взрослых. Если вы сумели найти общий язык с ребёнком, согласовать действия, даже самая тяжёлая работа станет для него большим удовольствием. Главное — не задавить ребёнка своим авторитетом, опытом, «мудростью», оставить ему место для инициативы, творчества, возможности ошибаться. Последнее особенно важно, так как упреки, если он что-то делает не так, как надо, сразу отнимают у ребёнка желание заниматься сообща с вами. Конечно, трудно удержаться от наставничества. Однако вам незачем волноваться из-за несовершенства своего ребёнка — он растёт и развивается, учится на своих ошибках сам.

2. Вы вместе с ребёнком решаете, что делать, сообща придумываете интересное занятие. Тут главное, чтобы выбор был в равной мере предпочтителен для обоих, иначе один из вас будет чувствовать, что делает что-то ради другого, хотя намеревался и сам лично получить удовольствие от выбранного занятия. Принятие решения должно быть демократично от начала до конца. Это непростое дело! Дети, да и вы тоже, должны научиться находить общее решение без ущерба кому-либо. Варианты

совместных дел могут быть самые разнообразные: от прогулки на лодке до разыгрывания спектакля в домашнем кукольном театре. Для многих семей выбор общего занятия становится истинным откровением, ориентиром, как общаться, как проводить время вместе. Еженедельный совет семьи по вопросу, что делать в воскресенье, улучшает жизнь семьи вообще.

3. Вы подключаетесь к детской деятельности. Например, принимаете роль игрового партнёра ребёнка. В этом случае вы подчинены ему и логике самой игры. На время вы не руководитель, авторитет, родитель, а равноправный участник игры.

Если первые два варианта мы достаточно часто встречали в семейной жизни, то о третьем этого не скажем. До недавнего времени детская игра вообще считалась чепухой, на неё мало обращали внимания как родители, так и педагоги: «Это детская забава, пусть они ею и занимаются». Сегодня играть с ребёнком — это не значит стать маленьким, забавляться. Кроме удовольствия от совместной игры, вы ясно поймёте, чем занимаются ваши сын или дочь, что их волнует, как они воспринимают окружающих людей, в том числе и вас.

И главное, если ребёнок получает удовольствие от совместного

общения, он чувствует, что вы его любите, и сам начинает испытывать к вам более тёплые чувства.

Дети 6–7 лет часто интересуются тем, какими были в детстве их мама и папа. Родителям нередко доводится слышать: «Расскажи, какой ты была маленькой». Таким рассказам дети отдают предпочтение даже в сравнении с книжками. Почему дети интересуются такими вопросами?

Дети любят слушать рассказы о детстве взрослых. Они могут их воспринимать и как сказочные истории о близких людях, и как реальные приключения. Когда взрослый рассказывает о своём детстве, он в этот момент становится таким же ребёнком, как и малыш, слушающий эту историю. Сопереживая, ребёнок сравнивает себя с родителем, фантазирует, каким может стать в будущем. Доступные для ребёнка рассказы взрослых помогают ему в построении собственного «Я».

Для ребёнка понимание того, что мама была маленькой девочкой, — факт удивительный. Поэтому ему хочется слушать о детстве мамы и папы как можно чаще, в деталях подробностях. Рассказы о семье помогают ребёнку ощутить себя необходимой и законной частичкой своей семьи.

г. Москва