

РЕБЕНОК И ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ В СЕМЬЕ

«Внутрисемейные отношения и эмоциональное самочувствие ребенка»

Детство – важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, - от того в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш.

В.Сухомлинский

Детство – самая прекрасная пора жизни человека, получившая целый букет красивых определений: счастливое, безмятежное, безоблачное.

Но для некоторых детей детство бывает трудным, и прежде всего, по вине окружающих взрослых. Ребенок не выбирает семью, родителей и в детстве очень зависит от малого круга общения.

Эмоциональное воспитание ребенка происходит в первую очередь в семье. Чувства играют исключительную роль в его жизни. Они окрашивают его ощущения, восприятия, представления, мысли. В них выражается отношение ребенка к окружающему миру.

Очень важно, чтобы у ребенка в дошкольный период развивался положительный образ «я» - чувство собственного достоинства, формирование которого зависит от условий жизни и воспитания, прежде всего в семье.

Задача семьи – поддерживать достоинство ребенка, укреплять его хорошее мнение о себе. Это возможно в тех семьях, где ребенка включают в различные виды деятельности, помогают в них расти, видеть свои достижения и ощущать, что они небезразличны родителям. Возникшее чувство гордости за хорошо выполненное задание, поручение побуждает ребенка к новым победам.

Факторы, влияющие на эмоциональное благополучие ребенка:

- психологический климат семьи;
- оценка и самооценка ребенка;
- успешность в деятельности;
- успешность социальных контактах со взрослыми (педагоги, родители);
- взаимоотношения со сверстниками.

Характер взаимоотношений в семье – это основа ее эмоционального климата и условие для развития ребенка.

Признаки неблагоприятной семейной ситуации, которая может привести к распаду семьи, - ссоры, конфликты, непонимание между супругами. Жить в такой семье дискомфортно всем. Особенно восприимчивы к семейному климату дети, личностные качества которых только начали закладываться.

Если родители вовремя обращаются за помощью к специалисту (педагогу, психологу, психотерапевту) появляется возможность нормализовать обстановку в семье.

Есть ситуации, когда супруги не видят необходимости в обращении к психологу: явных открытых конфликтов и враждебности нет, но есть разногласия, которые,

практически всегда присутствуют в каждой семье, и как результат – напряженность в отношениях, недовольство, претензии друг к другу. У ребенка в подобной семье появляются такие негативные качества, как тревожность, агрессивность, неорганизованность, стремление к лидерству и отгороженность, что может привести его к внутриличностным конфликтам.

Психологический климат семьи выражается в том, какие в ней преобладают отношения и настроения (восторженное, радостное, светлое, спокойное, теплое, тревожное, холодное, враждебное, подавленное).

При благоприятном микроклимате каждый член семьи чувствует себя равным среди равных, нужным, защищенным и уверенным. Он ощущает семью своеобразным пристанищем, куда приходит отдыхать, или колодцем, где черпает живительную свежесть, бодрость и оптимизм.

Главное в семье – чувство самоценности и стремление уважать право каждого быть личностью, а не только мужем, отцом, хозяином дома или партнером.

Благоприятная психологическая атмосфера связана с таким общением, которое не в тягость кому-то из членов семьи.

Для того чтобы барометр вашей семьи всегда показывал хорошую погоду, постарайтесь овладеть следующими умениями:

- Держать улыбку (потому что именно лицо – визитная карточка).
- Обращать внимание на других (от вашего знания домашних зависит счастье семьи).
- Слушать, что говорят другие (ибо с глухими разговаривать трудно).
- Говорить «нет», не обижая (и в семье тоже нужна дипломатия).
- Не вступать в конфликты (учтите, что лучший способ выйти из конфликта – это не вступать в него).
- Ободрять других (оптимистам жить легче).
- Делать комплименты.

Развитие ребенка – сложный, определяемый многими факторами процесс. Но опыт свидетельствует: особенности отношений между супругами – одно из важнейших условий формирования его личности.

Если между супругами царят доверие, взаимопонимание, если их взгляды схожи, то тревожность и конфликтность ребенка снижаются, он не испытывает чувства неполноценности, улучшаются и отношения с окружающими (с близкими родственниками, друзьями) он становится более собранным, организованным, чувствует себя защищенным.

Если вы, общаясь с ребенком, хотите сохранить его эмоциональное благополучие, то эти правила именно для вас.

Прежде чем воспитывать ребенка....

Возьмите себя в руки и не горячитесь, присядьте там, где вам удобно, расслабьтесь и задумайтесь: зачем?

- Какова цель очередного вашего воздействия: оно как, интервенция или же как освобождение ребенка?
- Вам хочется навязчиво поделиться с ним опытом или у вас желание скорее протянуть ребенку руку?

- Вам хочется еще раз подчеркнуть зависимость ребенка или вселить в него уверенность и защищенность?
- Вам хочется вдолбить в него какие-то запреты, которые он будет нарушать, давая вам повод на нем все время разряжаться?
- Вам хочется, в конце концов, сделать ребенка для себя удобным и «прополоть» черты его характера, все неугодные мгновенно вырвать, как бурьян?
- Вы собрались сегодня подсчитать очередные шалости ребенка?
- Вы просто почему-то рассержены, разозлены, у вас потребность критиковать, негодовать и осуждать?
- Вы задумали устроить ребенку стереотипную, очередную порку?
- Вам просто надо скрыть самих себя за ширмой и занавесью воспитания?

Поэтому...

Радуйтесь вашему сыну или дочке.

Разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном.

Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте внимательно, не перебивайте.

Установите четкие и определенные требования к ребенку. В разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними. Ваши объяснения должны быть простыми и понятными. Говорите четко, ясно. Будьте терпеливы.

Сначала спрашивайте: «Что?», а затем «Зачем?» и «Почему?».

Каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное. Поощряйте стремление ребенка задавать вопросы. Поощряйте любопытство, любознательность и воображение вашего ребенка. Чаще хвалите ребенка. Поощряйте игры с другими детьми.

Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления, о которых он мог бы рассказывать.

Старайтесь, чтобы ребенок вместе с вами что-то делал по дому.

Включайте ребенку записи любимых песен, стихов, сказок, пусть он слушает их снова и снова. Старайтесь проявить интерес к тому, что ему нравится делать (коллекционировать, рисовать, лепить и т.д.)

Регулярно водите ребенка в библиотеку.

Будьте примером для малыша: пусть он видит, какое удовольствие вы получаете от чтения газет, журналов, книг.

Не теряйте чувство юмора.

Играйте с ребенком в разные игры.

Чаще делайте что-либо сообща, всей семьей.

Помогите ребенку выучить его имя, фамилию, адрес.

Не перебивайте ребенка, не говорите, что вы все поняли, не отворачивайтесь, пока ребенок не закончил рассказывать, не дайте ему заподозрить, что вас мало интересует то, о чем он говорит.

Не задавайте слишком много вопросов.

Не принуждайте ребенка делать то, к чему он не готов.

Не заставляйте ребенка делать что-нибудь, если он устал, расстроен.

Не требуйте слишком многого – пройдет немало времени прежде чем ребенок приучится самостоятельно убирать за собой игрушки или приводить порядок свою комнату.

Не поправляйте ребенка постоянно, то и дело повторяя: «Не так, переделай».

Не говорите: «Нет, она не красная», лучше скажите: «Она синяя».

Не критикуйте ребенка с глазу на глаз, тем более не делайте это в присутствии других людей.

Не придумывайте для ребенка множества правил: он перестанет обращать на них внимание.

Не ожидайте от ребенка понимания всех логических правил, всех ваших чувств, абстрактных рассуждений и объяснений.

Не проявляйте повышенного беспокойства по поводу неожиданных скачков в развитии ребенка или некоторого регресса.

Не сравнивайте ребенка ни с какими другими детьми: ни с его братом (сестрой), ни с соседскими детьми, друзьями или родственниками.

Памятка «Создание благоприятной семейной атмосферы»

- От того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день.

- Время, которое требуется каждому для ночного отдыха, величина сугубо индивидуальна. Показатель один – чтобы ребенок выспался и легко проснулся, когда его будят родители.

- Строго соблюдайте режим дня ребенка.

- Если у родителей есть возможность дойти до детского садика вместе с ребенком, не упускайте ее. Совместная дорога – это общение, ненавязчивые советы.

- научитесь встречать детей из детского сада. Не стоит первым делом спрашивать: «Как ты себя сегодня вел? Чем кормили в садике?», лучше задайте нейтральные вопросы: «Что было интересного в детском саду?», «Чем сегодня занимались?», «Как дела с ребятами?»

- Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.

Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.