

Цели консультации: просвещение родителей в вопросе психологии ребёнка; улучшение детско - родительских отношений.

Ребенку жизненно необходима любовь родителей: как человек будет относиться к себе в течение жизни, во многом зависит от того, насколько он чувствовал себя любимым в семье. Родителям необходимо помнить, что воспитывая с любовью, мы помогаем детям вырасти уверенными в себе и [счастливыми взрослыми](#)

Как говорится: «Дети — это наше все», именно в них нам стоит заложить все самое лучшее, приложив максимальные силы и терпение. Все мы хотим, чтобы наши дети выросли счастливыми и достойными людьми, создали счастливые семьи и, в свой черед, вырастили своих счастливых детей. Вот несколько важных советов, которые могут вам пригодиться в этом не легком, но таком важном деле.

1. Не забывайте веселиться.

Расслабьтесь! Если вы будете регулярно шутить с вашим ребенком, то это поможет ему настроиться на социальный успех. Когда родители шутят и играют с ребенком, они дают ему инструменты для творческого мышления, для поиска новых друзей и для того, чтобы справляться со стрессом. Поэтому не стесняйтесь быть смешным, ваши дети в будущем будут вам благодарны за это.

2. Будьте позитивно настроенными.

Нет ничего удивительного: родители, которые по отношению к детям проявляют негативные эмоции и обращаются с ними грубо, в один прекрасный день обнаружат, что их ребенок очень агрессивен. Это плохая новость, потому что поведенческая агрессия в возрасте 5 лет напрямую связана с агрессией во взрослой жизни даже по отношению к будущим супругам. Поэтому, если вы будете находится в цикле злой родитель – злой ребенок – родитель разорвите этот разрушительный круг, это значительно облегчит жизнь вам и взрослую жизнь вашего ребенка.

3. Поощряйте объективную самооценку ваших детей.

Исследования показывают, что «самосострадание» является очень важным жизненным навыком, который помогает людям держаться перед лицом вызовов. Это чувство включает в себя внимательность, умение управлять мыслями и эмоциями, не поддаваясь им, но и не подавляя их, это человечность, сочувствие к страданиям других людей, а также признание собственных проблем и направленность на их решение. Родители сами должны обладать такими качествами, чтобы справиться с трудностями в воспитании детей, и быть примером ребенку.

4. Вовремя отпустите детей.

Когда дети подросли и хотят улететь из семейного гнезда, исследования показывают, что лучше отпустить их. Дети, чьи родители с трудом их отпустили, более беспокойны и менее открыты для взрослой, самостоятельной жизни по сравнению с теми, кого родители легко отпустили. Это не означает, что по достижению ребенком 18 лет вы должны избавиться от него, но это и не подразумевает того, что вы будете назначать встречу преподавателю института вашего чада с целью оспорить его оценки.

5. Постоянно «подпитывайте» свой брак.

Не дайте своим отношениям уйти под откос после рождения ребенка. Согласно данным исследования, проведенного в мае 2011 года, родители, которые страдают от нестабильности в отношениях, тем самым вызывают проблемы со сном у своих детей. Исследование показало, что проблемы в браке вносят свой вклад в развитие психических способностей маленьких детей. Если проблемы начались, когда ребенку еще не было и 9 месяцев, то по достижению им 18 месяцев, у малыша разовьются серьезные проблемы со сном. Вероятно, проблемные семьи – это всегда состояние стресса, который и мешает нормальному сну.

6. Заботьтесь о своем психическом здоровье.

Если вы подозреваете, что начинаете впадать в депрессию, то вам следует обратиться за помощью, тем самым вы поможете не только себе, но и не навредите ребенку. Исследования показывают, что депрессивные мамы не справляются с воспитанием своих детей, а их плач раздражает таких мам гораздо сильнее. Депрессивные мамы также пропагандируют отрицательный стиль воспитания, тем самым они вводят своих детей в состояние стресса, поэтому дети, по данным исследования, выращенные таким родителем, становятся слишком ранимыми и уязвимыми. Результаты кажутся мрачными, но эксперты говорят, что они полны надежд, поскольку хорошо воспитать ребенка можно даже тогда, когда папа и мама пытаются наладить свое психическое здоровье.

7. Мамы, будьте поласковее со своими сыновьями.

В соответствии с данными исследования 2010 года, тесная связь с матерью удерживает мальчиков от антисоциального поведения. Теплые, дружеские отношения с мамой играют важнейшую роль в поведении детей, особенно мальчиков. Выводы, опубликованные в журнале «Развитие ребенка», подчеркивают необходимость наличия привязанности между детьми и родителями, то есть стиль отношений должен быть такой, чтобы ребенок знал, что он может прийти к маме и папе за «надежной основой», прежде, чем попасть во взрослый мир.

Другое исследование показало, что тесная связь с мамой способствует лучшему развитию романтических отношений в более старшем возрасте. Отношения между родителями и детьми крайне важны, поскольку именно смотря на них, ребенок строит свои отношения, ведь именно родители являются той моделью, по которой они будут строить свои будущие семьи.

8. Не давите на ребенка.

Подростки часто не хотят общаться с родителями, это может быть связано с отталкиванием давления со стороны сверстников вне дома. Другими словами, автономия дома способствует автономии в кругу друзей.

Однако, не стоит волноваться: эксперты не полагают, что у детей должны быть состязательные отношения с родителями. На самом деле прочная связь между подростком и родителем также связана с меньшим давлением со стороны сверстников. Подростки должны уметь за себя постоять, но они также нуждаются в поддержке со стороны родителей.

9. Не стремитесь к совершенству.

Никто не совершенен, поэтому не мучайте себя, ставя слишком высокую планку по достижению конкретных успехов в воспитании. Родители, которые полагают, что общество ожидает от них совершенных успехов в отношении воспитания детей, чувствуют себя более напряженными, при этом они теряют уверенность в своих родительских навыках.

10. Понимайте своих детей.

Все думают, что они знают самые лучшие методы по воспитанию ребенка. Но оказывается, что воспитание – это вещь далеко не универсальная. На самом деле, те дети, чьи родители приспособили свой стиль воспитания под ребенка, гораздо реже испытывают ощущение тревоги и находятся в депрессивном состоянии по сравнению с теми, кого воспитывали агрессивные и жесткие родители. Оказывается, что некоторым детям, особенно тем, кто испытывает трудности с регулированием эмоций, нужна дополнительная помощь от мамы и папы. Однако, родители не всегда это чувствуют, поэтому ребенок в таких ситуациях недополучает того, что ему нужно. Важно улавливать сигналы, исходящие от ребенка и помогать ему в развитии.

- 11. Научитесь слышать своих детей, и тогда они захотят услышать вас.**
- 12. Заложите, прежде всего на своем личном примере, уважение и почтение к святыням, уважение к старшим, сострадание к ближним.**

Книги для родителей, которые расскажут о том, как жить вместе со своими детьми, а не вместо своих детей, как наполнить жизнь семьи живой человеческой созидательной энергией.

Азаров Ю. П. Семейная педагогика. - Политиздат, 1985. - 238с. - (Библиотечка семейного чтения).

Все родители хотят, чтобы их ребенок рос здоровым, разумным, честным и добрым. Как этого достигнуть? Какова роль родителей в воспитании детей? Этим вопросам посвящена книга, подготовленная доктором педагогических наук Ю. П. Азаровым - автором ряда работ по проблемам воспитания.

Диалоги о воспитании: Книга для родителей /Под ред. В.Н. Столетова. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Педагогика, 1982. - 336с.

В книге затрагиваются вопросы, о том, как растить ребенка и каковы возможности обучения. Она расскажет родителям о том, какие они, современные дети, что такое трудный возраст, всегда ли правы взрослые в споре с детьми.

Корчак Я. Как любить ребенка: Книга о воспитании. - М.: Политиздат, 1990. - 493с.

Представлены работы выдающегося польского педагога - гуманиста и писателя Януша Корчака. В основу своей педагогики он положил чудесный сплав любви и уважения к ребенку и светлую мечту о мире, где дети будут избавлены от всего, что их унижает. Главная мысль книги: "ребенок равный нам - ценный - человек". Так просто. Но признание этого равенства переворачивает душу взрослого человека и делает счастливыми детей.

Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание. - М.: Издательский центр "Академия", 1999. - 32с.

Концептуальная основа книги - признание приоритетной роли семьи в формировании личности ребенка. С этих позиций дается развернутая характеристика современной семьи, тенденции ее развития, освещаются особенности семейного воспитания, условия и пути повышения педагогической культуры семьи. Рассматриваются линии взаимодействия семьи с другими социальными институтами образования (детские сады, школы).

Лесгафт П. Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение. - М.: Педагогика, 1991. - 176с.

"Семейное воспитание ребенка и его значение" - работа крупнейшего русского педагога 19 в. П. Ф. Лесгафта. Рассматривая жизнь ребенка в семье и школе, автор анализирует разные типы поведения детей, предлагает оригинальные методы семейного воспитания. Для успешного развития ребенка в семье подчеркивается значение "умной, толковой, правдивой, любящей матери".