

Дня тас,  
рогумем



# Быть вместе

## ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!

Вы — первые и самые важные учителя вашего ребенка. Первая его школа — Ваш дом — окажет огромное влияние на то, что он будет считать важным в жизни, на формирование его системы ценностей. Две вещи Вы можете подарить своему ребенку на всю жизнь: одна — корни, а другая — крылья.

Сколько бы мы ни прожили, мы все равно постоянно возвращаемся к опыту детства — к жизни в семье: даже убежденный сединой ветеран продолжает ссылаться на «то, чему учила меня моя мать», «то, что мне показал отец», «то, чему меня учили дома». Интересно, что и люди, добившиеся успеха в жизни, отмечают значимость того, что дается ребенку родителями.

«Годы чудес» — так называют исследователи первые пять лет жизни ребенка.

Закладываемое в это время эмоциональное отношение к жизни и людям и наличие или отсутствие стимулов к интеллектуальному развитию оставляют неизгладимый след на всем дальнейшем поведении и образе мыслей человека. Умение говорить, слушать, пользоваться языком также относится к числу вещей, которые ребенок, живущий среди людей, постигает очень рано. И прежде чем начать читать, он должен достаточно овладеть языковыми навыками, умением слушать и говорить.

В течение этих первых лет выдаются очень суматошные дни, и родители будут недоумевать: «Где тут взять время, чтобы еще чему-то учить?!» Но не следует забывать, что даже ровный, успокаивающий тон в ситуациях разбитых коленок, набитых шпшек, раздражения взрослых может послужить основой формирования личности, укрепить связи между детьми и родителями и способствовать выработке позитивного отношения, способности воспринимать то, чему учат отец и мать.

## Советы родителям: что делать или не делать?

### ДЕЛАЙТЕ!

- \* Радуйте Вашего малыша.
- \* Занимаясь уборкой или приготовлением обеда, напевайте что-нибудь.
- \* Когда малыш может Вас слышать, разговаривайте вслух сами с собой.
- \* Если Вы увидели, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
- \* Разговаривайте с ребенком заботливым, успокаивающим, ободряющим тоном.

- \* Когда ребенок с Вами разговаривает, слушайте его сочувственно и внимательно. \* Установите четкие и жесткие требования к ребенку.
- \* Ваши объяснения должны быть простыми и понятными. Говорите медленно. **Будьте терпеливы.**
- \* Сначала спрашивайте «что»; «почему» спросите, когда малыш подрастет.
- \* Каждый день читайте ребенку. Поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы. Не скупитесь на награду: похвалу или поцелуй.
- \* Поощряйте любопытство и воображение Вашего малыша.
- \* Поощряйте игры с другими детьми.
- \* Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления, о которых он мог бы рассказывать.
- \* Старайтесь, чтобы малыш вместе с Вами готовил обед, гуляйте с ним, играйте, лепите «куличики» из песка, пусть он поможет Вам пересаживать цветы и т.п.
- \* Если ребенок начал что-то коллекционировать — кораблики, машинки, крышки от бутылок — или у него появилось хобби, займитесь этим вместе с ним; вообще старайтесь проявлять интерес к тому, что ему нравится делать.
- \* Посещайте специальные группы для родителей с детьми в детских музеях, учебных центрах, библиотеках, находящихся по соседству школах.
- \* Регулярно водите ребенка в библиотеку. Будьте примером для малыша: пусть он видит, какое удовольствие Вы получаете от чтения газет, журналов, книг.
- \* Не теряйте чувства юмора. Играйте с ребенком в разные игры.
- \* Проблемы отцов и детей не существует там, где родители и дети дружат и чем-то занимаются вместе.

#### **НЕ ДЕЛАЙТЕ!**

- \* Не перебивайте ребенка, не говорите, что Вы все поняли, не отворачивайтесь, пока малыш не закончил рассказывать, — другими словами, не дайте ему заподозрить, что Вас мало интересует то, о чем он говорит.
- \* Не принуждайте ребенка делать то, к чему он не готов.
- \* Не заставляйте ребенка делать что-нибудь, если он вертится, устал, расстроен; займитесь чем-то другим.
- \* Не требуйте сразу слишком многого: пройдет немало времени, прежде чем малыш приучится самостоятельно убирать свои игрушки или приводить в порядок комнату.
- \* Не следует постоянно поправлять ребенка, то и дело повторяя: «Не так! Переделай это».
- \* Не говорите: «Нет, она не красная». Лучше сказать просто: «Она синяя».
- \* Не надо критиковать ребенка даже с глазу на глаз; тем более не следует этого делать в присутствии других людей.
- \* Не надо устанавливать для ребенка множество правил: он перестанет обращать на Вас внимание.

# Все дети - разные

Все дети разные. И даже органами чувств, которые вроде бы одинаковы у всех, они пользуются по-разному. Один ребенок, попадая первый раз в гости к приятелю, с удовольствием рассматривает рисунок на обоях. Другой с интересом прислушивается к звукам, третий торопится взять в руки мягкую игрушку. Для первого (визуалиста) главной оказывается зрительная информация, для второго (аудиалиста) важно то, что он слышит. Для третьего (кинестетика) - то, что он чувствует. Эти особенности влияют на поведение вашего ребенка и даже на восприятие учебного материала.

## *если ребенок визуалист*

- Ему могут не нравиться прикосновения других людей. Учтите это и не обижайтесь на ребенка, если он недоволен; это не имеет никакого отношения лично к вам.
- Он больше других детей пугается эмоциональных вспышек окружающих и конфликтов.
- Быстрее воспринимает материал, который хорошо иллюстрирован.
  - Легче приобретает навыки путем наблюдения.
- На индивидуальных занятиях его результаты лучше, чем при работе в группе.

## *если ребенок аудиалист*

- Любой активности он предпочитает разговор. Может беседовать даже сам с собой - это нормально.
- Вряд ли поймет ваш выразительный взгляд (сердитый, обиженный, гневный) ему лучше объяснить словами, что вы чувствуете.
  - Он хорошо запоминает словесный материал.
- Для быстрого приобретения навыков предложите ребенку комментировать то, что он делает.

## *если ребенок кинестетик*

- Для него больше, чем для других, важны прикосновения, по ним он судит о том, как вы к нему относитесь.
- У него чаще, чем у других детей, меняется настроение, он раним и обидчив.
  - Лучше всего запоминает информацию в процессе деятельности.
- Чтобы он не отвлекался, дайте ему возможность играть активную роль.

# Ласковое воспитание

В последнее время становится очень популярным такой метод воспитания, как воспитание любовью. Этот метод самый простой и естественный, не требующих специальных знаний и умений. Что может быть проще, чем любить своего малыша, свою частичку? Но в наше "продвинутое" время многим родителям так сложно любить своих детей! Возможно, их самих не долюбили в детстве, не научили делиться чувствами, положительными эмоциями.

Даже взрослым, по мнению известных психологов (например, Эрика Берна), для нормального самочувствия, хорошего настроения необходимо определенное количество объятий, поцелуев, "поглаживаний" в день (у каждого - своя "мера").

Доказано, что если человек недополучает положенной "дозы" ласки, он становится раздражительным, чувствует себя одиноким и никому не нужным. Если для взрослого человека так важны положительные эмоции, то для малыша они жизненно необходимы!

Уже в животике у мамы малыш чувствует прикосновение, различает звуки (особенно мамин и папин голос), видит приглушенный свет. Если мама регулярно разговаривает с ним, поглаживает свой живот, устанавливается эмоциональный контакт. Ребенок начинает "отвечать" маме, папе толчками, постукиваниями, повышением или понижением активности. Детишки, появившиеся у родителей, которые еще до рождения общались с ними, более спокойны, быстрее развиваются, устойчивы к стрессам. Вообще с ними меньше проблем, потому что родители их лучше понимают.

В первые месяцы после рождения именно кожно-мышечные ощущения являются основным источником впечатления, помогают познавать собственное тело и окружающий мир. Затем к эмоциональным реакциям добавляются зрительные, слуховые, обонятельные. Почему малыши в домах ребенка так отличаются от своих "домашних" сверстников? Они пугливы, неуверенны в себе, малоинициативны, позже начинают сидеть, ходить, говорить, у них плохо развито воображение, память, мышление. Такие малыши отстают от многих возрастных норм. Все объясняется очень просто - рядом с ребенком нет близкого человека, который реагирует на каждое его движение, улыбку, плач, кряхтение, который часто берет на руки, нежно прижимает, покачивает, успокаивает, хвалит. До 3-х лет ребенку необходимо постоянное присутствие мамы или другого близкого человека.

Еще совсем недавно (в 60-70 годы) было нормально, чтобы мама малыша через несколько месяцев после рождения ребенка выходила на работу, а младенца отдавали в ясли. Родителям советовали не баловать ребенка, не брать на руки

БЕЗ ОСОБОЙ НЕОБХОДИМОСТИ ("ПЛАЧЕТ, КРИЧИТ - ПОЛЕЗНО, ЛЕГКИЕ РАЗВИВАЮТСЯ"), ЧАЩЕ ДАВАТЬ СОСКУ ДЛЯ УСПОКОЕНИЯ. РЕЗУЛЬТАТ ТАКОГО ВОСПИТАНИЯ ПЛАЧЕВЕН - ВЫРОСЛО ПОКОЛЕНИЕ ЛЮДЕЙ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ, СО МНОГИМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ПРОБЛЕМАМИ (ТРЕВОЖНОСТЬ, ЗАКОМПЛЕКСОВАННОСТЬ, СТРАХИ И КАК СЛЕДСТВИЕ - АЛКОГОЛИЗМ, АГРЕССИВНОСТЬ И Т.Д.). МНОГИЕ УЖЕ ВЗРОСЛЫЕ ЛЮДИ СТАЛКИВАЮТСЯ С ПРОБЛЕМАМИ ПРИ СОЗДАНИИ СОБСТВЕННОЙ СЕМЬИ, Т.К. ИХ НЕ НАУЧИЛИ В ДЕТСТВЕ ДЕЛИТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ, ВНИМАНИЕМ.

В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ УЧЕНЫЕ ДОКАЗАЛИ НЕОБХОДИМОСТЬ "ЛАСКОВОГО" ВОСПИТАНИЯ. ВЗРОСЛЕЯ, СТАНОВЯСЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ, ЧЕЛОВЕК НЕСЕТ В СЕБЕ ЗАРЯД РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ И ВНИМАНИЯ. ПО МЕРЕ РОСТА МАЛЕНЬКОГО ЧЕЛОВЕЧКА РОДИТЕЛЯМ НЕОБХОДИМО СЛЕДИТЬ, ЧТОБЫ "ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ РЕЗЕРВУАР" РЕБЕНКА НЕ ОПУСТОМАЛСЯ. ЧЕМ ОН ПОЛНЕЕ, ТЕМ ЛУЧШЕ РАЗВИВАЕТСЯ РЕБЕНОК, ТЕМ ЛЕГЧЕ ЕГО ВОСПИТЫВАТЬ. ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ "ЛАСКОВОЕ" ВОСПИТАНИЕ?

**КОНТАКТ ГЛАЗ.** Это любящий взгляд родителей, готовность отреагировать на плач, смех, любое движение. Взгляд может успокоить, поддержать, развеселить, да и наказать тоже может. Ребенок нуждается в таком контакте с самого рождения.

**ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ.** Это и "телячьи нежности", и "медвежьи шалости". Все зависит от возраста, индивидуальных особенностей ребенка, его темперамента. Ребенок никогда не перерастет потребность в физическом контакте, меняется только форма его проявления. Младенец нуждается в поглаживании, в нежных объятиях; дошкольник любит как поцелуи, объятия, так и шумные игры, встряхивания, пощипывания. Чем старше ребенок, тем дальше он отдаляется от родителей, но ему все еще необходим физический контакт в виде поцелуев, дружеских похлопываний, объятий.

**ПРИСТАЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ.** Оно позволяет почувствовать малышу, что он самый важный человечек в мире. Хотя бы 5-10 минут в день родители должны посвящать своему ребенку и только ему, забыв про свои "взрослые" дела. Это может быть и игра, и беседа, и чтение книги, какое-либо общее занятие. Ничто не должно отвлекать взрослого (телевизор, телефон, домашние дела и т.д.).

Лишь удовлетворив потребность ребенка в эмоциональном контакте, родители могут добиваться дисциплины, самостоятельности. "Хорошего" воспитания легче добиться, когда ребенок чувствует, что его искренне любят и принимают таким, какой он есть, не стараясь унижить, "сломать".

Вспомните, когда в последний раз Вы ласкали своего ребенка? Сегодня утром? Или вчера? Попробуйте посчитать, сколько раз в день Вы применяли "ласковое" воспитание. Если получилось мало или отсутствует одна из составляющих (см. выше), то стоит задуматься и постараться изменить отношения с ребенком, сделав их более доверительными, нежными, доброжелательными. Можно просто обнять, поцеловать ребенка, можно сказать, как сильно Вы его любите, какой он умный, хороший, подчеркнуть его достоинства. Любви и ласки много не бывает!