

Консультация для родителей «Здоровый ребенок-счастливый ребенок»

Консультацию подготовила
воспитатель
МБДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад №209»
Петросян К.А.

Эмоциональный контакт родителя и ребенка фундамент семейных взаимоотношений, на котором стоит многоэтажный дом под названием «воспитание».

У каждого родителя есть потенциал сделать это фундамент прочным, но иногда контакт с ребенком теряется. У нас есть для вас хорошие новости: даже если контакт утерян, его можно вернуть.

1. Вы обращаете внимание на ребенка только тогда, когда он делает что-то не так

Почему-то чаще замечается что-то плохое, а хорошее воспринимается как само собой разумеющееся. Когда ребенок что-то роняет, мы сразу видим это и делаем замечание, но вот когда он аккуратно держит предмет в своей маленькой ручке, мы молчим или даже не замечаем.

Стоит понять, что ребенок запоминает, когда он делает что-то не так, родитель сразу обращает на него внимание. Его вывод: пакость-внимание. Количество замечаний пропорционально стремлению ребенка скрывать и отдалиться от родителя.

Рекомендация. Обращайте свое внимание на то поведение, которое хотите видеть снова. Уравнение простое: видите позитивное поведение-подчеркните его.

Например, так: «Мне нравится, когда я вижу, что ты играешь спокойно и сосредоточенно».

2. Вы не хвалите своего ребенка

Скорее всего, сейчас все родители подумают: «Да это не про меня, я всегда хвалю своего ребенка». Хвалебные слова в духе «молодец», «хорошо» и «супер» на сотый раз воспринимаются ребенком как пустой звук. У такой похвалы всегда есть обратная сторона-обесценивание для ребенка.

Мы же говорим о «качественной» похвале, когда родитель внимателен к ребенку и видит, что именно у него хорошо получилось. Хвалить нужно за конкретное поведение, ведь таким образом вы развиваете в ребенке уверенность в себе и способность увидеть результат своих действий.

Рекомендация: Замените слово «молодец» на фразу: «Мне нравится, как ты разукрасил этот дом», каждый раз подмечая деталь, которую ваш ребенок сделал хорошо, даже самую маленькую.

3. Вы считаете ребенка еще маленьким для того, чтобы делать самостоятельный выбор

Дети лучше знают, чего они хотят. Ребенок может выбрать сам, какие штаны надеть, с кем играть, какими игрушками делится-это список можно продолжать еще очень долго.

Предлагать ребенку выбор-значит развивать его самостоятельность и ответственность, будучи рядом как болельщик, от которого он чувствует поддержку.

А еще мы все, в том числе и дети, имеем право на ошибку. Они имеют право выбрать не то, сделать вывод (не без помощи родителей) и пойти выбирать дальше.

Рекомендация: Дайте ребенку выбирать и сталкиваться с последствиями выбора, поддерживая тем самым самостоятельность. Бывают ситуации, когда можно предложить ребенку «выбор без выбора», только одно из двух: «Ты будешь рис или пюре на ужин?»

4. Вы используете насильственные методы воспитания

Тело вашего ребенка-его священная территория с соответствующими границами.

Нарушая его границы, вы показываете ему свое неуважение к его личности.

Бить, тягать, щипать-это неприемлемые методы воспитания для взрослого человека, который владеет речью для выражения своих мыслей. Родитель не имеет право бить своего ребенка, что бы он ни сделал и каким бы он ни был.

Рекомендация: Сделайте глубокий вдох-выдох, дайте себе время успокоиться и подумать, как вы можете повлиять на поведение ребенка без использования насилия. Спокойствие, ровный тон голоса и вербализация конкретного поведения, которое вы хотите увидеть, может помочь вам в этом нелегком деле.

5. Вы мало времени проводите вместе

Сидеть рядом, уткнувшись в телефон, пока ребенок собирает пазлы- не считается. Прийти к ребенку, пока он собирает пазлы и собрать их за него-

тоже не считается. В игре со своим ребенком вы можете его чему-нибудь научить или научиться самому, узнать, что интересно вашему ребенку и что его беспокоит.

Качественное время-это умение следовать инициативе ребенка в игре, чтобы он чувствовал себя значимым, а в родителе увидел друга.

Рекомендация: Каждый день хотя бы 10 минут уделяйте настоящей игре. Пусть ребенок выбирает ее сам, а вы следуйте его инициативе.

В заключении хочется сказать всем родителям, что дети нуждаются в безусловной любви и принятии. Не забывайте про важность контакта, даже если вы устали. Вы непременно справитесь с трудностями и сохраните близость с ребенком, если захотите.