

Психологическая поддержка в семье

A photograph of two young children walking on a sandy beach. The child on the left is a boy with blonde hair, shirtless, wearing blue shorts. The child on the right is a girl with dark hair, wearing a red and black plaid shirt and blue jeans. They are walking away from the camera towards the water. The background shows the ocean and a hazy sky.

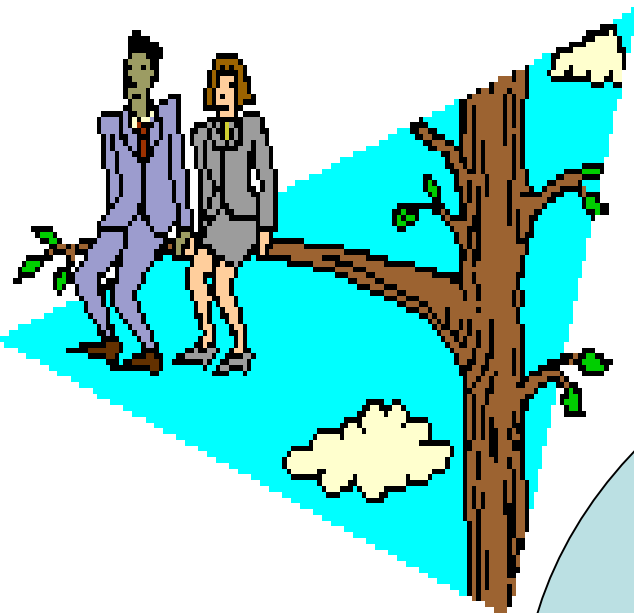
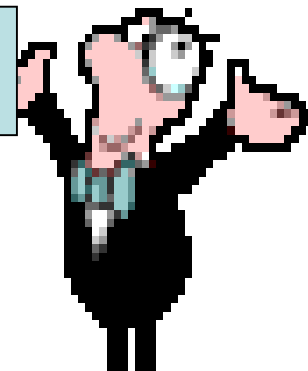
Составила: Кротенко Елена Сергеевна

По поводу воспитания детей существует множество теорий, созданных в основном теми, кто детей не имеет. Те же, кто воспитывает собственных детей, обычно не теоретизируют по этому поводу, а ведут себя так, как им подсказывает интуиция, жизненный опыт и складывающиеся обстоятельства. Короче - как получится!

Аспекты воспитания детей:

Чего хотят сами дети?

1. Основной уход (еда, тепло, одежда и т.д.)
2. Обеспечение безопасности.
3. Душевная теплота.
4. Поощрение.
5. Руководство и ограничение.
6. Стабильность.
7. Важно четко разделять отцовские и материнские обязанности.

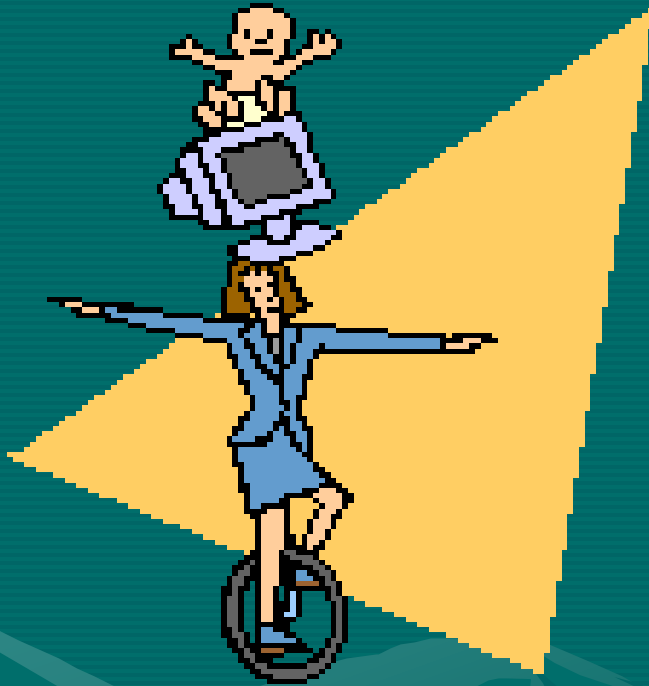


Родительская поддержка – это процесс:

- В ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка.
- Который помогает ребенку поверить в себя и в свои способности.
- Который поддерживает ребенка при неудачах.



Для того, чтобы показать веру в ребенка,
родитель должен иметь мужество и желание
сделать следующее:



- Забыть о прошлых неудачах.
- Помочь ребенку обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей.
- Позволить ребенку начать «с нуля», опираясь на то, что родитель верит в него, в его способность достичь успеха.
- Помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.

Для того, чтобы поддержать ребенка, необходимо:



- ❖ Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
- ❖ Избегать подчеркивания промахов ребенка.
- ❖ Уметь и хотеть демонстрировать любовь к ребенку.
- ❖ Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.
- ❖ Проводить больше времени с ребенком.
- ❖ Проявлять эмпатию к ребенку и веру в Вашего ребенка.
- ❖ Принимать индивидуальность ребенка.
- ❖ Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
- ❖ Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.



Слова, которые поддерживают и которые разрушают его веру в себя:

Слова поддержки:

- Зная тебя, я уверен, что вы все сделали, хорошо.
- Ты делаешь это очень хорошо.
- У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать?
- Это серьезный вызов. Но я уверен. Что ты готов к нему.

Слова разочарования:

- Зная тебя и твои способности. Я думаю. Ты смог бы сделать это гораздо лучше.
- Эта идея никогда не сможет быть реализована.
- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.

Поддерживать можно посредством:



- Отдельных слов (красиво, прекрасно, здорово).
Высказываний («Я горжусь тобой», «Спасибо», «Все идет хорошо» и т.д.).
- Прикосновений (дотронуться до руки, обнять его и т.д.).
- Совместных действий (сидеть, стоять рядом и т.д.).
- Выражение лица (улыбка, кивок, смех).



Неразлучные друзья – родители и дети!

- ❖ *Учитесь быть своему ребенку другом.*
- ❖ *Критикуйте, не унижая, а поддерживая.*
- ❖ *Учите своего ребенка быть честным с друзьями и не искать выгоды от дружбы.*
- ❖ *Приглашайте друзей своего ребенка в дом, общайтесь с ними.*
- ❖ *Если ваш ребенок поверит вам свои тайны как друзьям, не шантажируйте его ими.*



- Когда мы выражаем удовольствие оттого, что делает наш ребенок, это поддерживает его и стимулирует продолжать дело или делать новые попытки. Тогда он получает удовольствие от себя.
- Подлинная поддержка родителями своего ребенка должна основываться на подчеркивании его способностей, возможностей его положительных сторон.
- Важно, чтобы родитель научился принимать ребенка таким, какой он есть, включая все его достижения и промахи, а в общении с ним учитывать значение таких вещей, как тон, жесты, выражения.