

### Консультация для родителей «Родительские установки».

Общение необходимо каждому из нас как пища. Находясь еще в утробе матери, ребенок своими толчками сообщает маме, когда ему неудобно или страшно и ученые не раз говорили, как важно маме говорить с будущим сыночком или дочкой. Рождаясь – ребенок своим криком сообщает как ему страшно, или то что он хочет есть, пить, или ему неудобно, больно. Уже в первые месяцы родители ждут в ответ на свою любовь ответ малыша в форме улыбки. Общение нужно малышу, как пища. Ребенок, получая полноценное питание, полноценно развивается, когда питания нет или оно плохое – ребенок плохо развивается, болеет и это влияет на его будущее поведение, судьбу. То, что вы, как родители, вложите в самом маленьком возрасте, то в последующем отразится на ребенке и проявится в его отношении к себе, к миру, к близким. Характер, привычки, способы общения, убеждения, способы решения жизненных задач, поведение ребенка – это все формируется в ходе взаимодействия ребенка со средой. Первая и самая важная среда – это семья. Наше отношение к ребенку, стиль общения формирует различные установки.

Родительские установки — это такие директивы, которые мы неосознанно внушаем своим детям ежедневно. Нам они кажутся безобидными и исходят из лучших побуждений, но эффект получается противоположным, психологическому здоровью ребёнка наносится вред. Они складываются из каждодневных и повторяющихся ситуаций внутри семьи, слов, выражений и даже мимики родителей. В итоге мы собственноручно добиваемся совсем иного результата. Задача родителей — анализировать свою речь и поведение, осознать факт наличия директивы и проработать нужную. Если вовремя распознать и исправить эти установки, получится вырастить успешного и счастливого ребёнка.

<b>Травмирующая установка</b>	<b>Как правильно поступать</b>
«Какая ты неряха! И зачем я тебя родила? Думала, помогать мне будешь!», «Мне такой хулиган не нужен, сиди здесь, а я пошла». Это одна из самых популярных и травмирующих для психики ребёнка манипуляций. Происходит игра на хроническом чувстве вины за то, что малыш виноват во всех неудачах родителей. Дети, выросшие с такой установкой, выбирают модель	Повторяйте каждый день: «Я очень счастлива, что ты у меня есть». Приготовьте малышу сюрприз — открытку «Ты моё солнце, рада, что мы вместе». Периодически удивляйте ребёнка такими знаками внимания. Мы как данность воспринимаем аналогичные детские послания, но, к сожалению, редко делаем нечто подобное в ответ. Составьте с ребёнком коллаж

<p>поведения, в которой постоянно получают наказание. Это смягчает чувство вины, на мгновение ребёнок освобождается от психологического груза.</p>	<p>«Семья, как я тебя люблю». Возьмите ватман, клей, семейные фотографии и творите. Главное — посыл, закрепляемый в сознании ребёнка через творчество. Читайте книги о любви и семейных ценностях. Можете придумать свои словесные традиции.</p>
<p>«Ты уже не маленький, думай сам!», «Хватит вести себя как ребёнок, пора повзрослеть». Обычно такое говорят единственному или старшему ребёнку в семье. В итоге — подавление творческого порыва, желания проявить своё «я», низкая самооценка.</p>	<p>Ежедневно повторяйте: «Я счастлива каждой минуте, проведённой вместе. Тебе сейчас три года, это прекрасный возраст. Постепенно ты всему научишься». Цените момент. Контролируйте себя и старайтесь не планировать развитие ребёнка более чем на год вперёд. Интересы меняются молниеносно, а вот талант очень легко упустить. Обращайте внимание на то, в чём преуспел ребёнок. Проговаривайте вслух его успехи и предлагайте повторить ещё раз, но уже вместе.</p>
<p>«Не торопись взрослеть, ты всё успеешь», «Я всегда буду рядом и никогда не брошу тебя», «Ты навсегда останешься моим малышом» — за этими словами кроется страх родителей остаться наедине друг с другом или в одиночестве после ухода ребёнка из семьи.</p>	<p>Повторяйте каждый день: «Я очень тебя люблю. Ты умный, добрый, смелый. У тебя всё будет хорошо в будущем: ты создашь свою семью, найдёшь призвание, любимую работу, единомышленников и добьёшься всего, чего захочешь». Визуализируйте взросление — купите и повесьте ростомер. Можно добавлять на него фотографии и вписывать ключевые достижения ребёнка. Планируйте список детских возможностей и ответственностей. Предоставьте ребёнку возможность, но упомяните о необходимости быть за неё ответственным. Например, в 12 лет заведите банковскую карту и расскажите о финансовом планировании и зарабатывании денег.</p>
<p>Что-то произошло, ребёнок</p>	<p>Спрашивайте мнение ребёнка, но не</p>

<p>расстроился, докучает вопросами, а вы ему отвечаете: «Ой, ну что ты заиклился? Хватит думать об этом, пошли лучше мультик посмотрим». Со временем ребёнок даже не будет пытаться справляться со сложными ситуациями.</p>	<p>оценивайте ответ. Достаточно сказать «Откуда ты взял такую чушь?», и ребёнок начнёт считать свои мысли глупыми. Учите детей разным видам мышления.</p>
<p>Мы буквально запрещаем ребёнку испытывать чувства: «Не злись на учителя, она тебе в бабушки годится», «Успокойся, нельзя так смеяться у всех на виду», «Не смей завидовать». В итоге ребёнок считает, что ему нельзя испытывать эмоции по отношению к определённым людям и переносит их на младших братьев, сестёр или одноклассников.</p>	<p>Обсуждайте с ребёнком его эмоции, помогайте осознавать чувства и управлять ими. Попросите его закончить предложения: «Я чувствую...», «Потому что...», «Я бы хотел, чтобы...» Объясните, что плохих эмоций не бывает. Каждая из них имеет право на существование и обращает внимание человека на то, что тревожит его в данный момент больше всего. Продемонстрируйте, как можно выразить негативные эмоции в игровой форме: прокричать злость в «мешочек гнева», выплеснуть обиду с помощью «подушки негатива», затоптать зависть на «коврике ненависти». Очень быстро негативные эмоции уходят после совместной трудовой или хозяйственной деятельности.</p>
<p>Чтобы избежать зависти или осуждения, родители внушают ребёнку: «Куда ты высовываешься?», «Что люди подумают?», «Тише едешь — дальше будешь».</p>	<p>Говорите, что верите в таланты ребёнка, и обязательно конкретизируйте. Ставьте достижимые цели. Например, не «победить во всех соревнованиях», а «принять участие в этом году в четырёх соревнованиях». Это позволит избежать травмы, если ребёнок не выиграет.</p>
<p>«Подожди, не начинай! Сейчас приду, помогу тебе». Смысл этих слов такой: «Не делай сам, я сделаю за тебя». Дети учатся не брать на себя ответственность, становятся нерешительными и вязнут в проблемах.</p>	<p>Дайте ребёнку возможность действовать самостоятельно. Достаточно 2–3 раза выполнить дело за ребёнка, и инициативы ждать уже не приходится. Не торопите — важнее самому научиться завязывать шнурки, чем опоздать к бабушке.</p>

	<p>Освойте «зону ближайшего развития»: анализируйте действия, которые ребёнок может выполнять сам, и вместе делайте шажок на следующую ступень развития. Например, сначала малыш берёт ножницы под контролем родителя, потом учится резать по прямой линии. Если получается, учим вырезать круги и кривые линии и даём попробовать самому. По этой схеме можно обучать и детей старшего возраста, например приготовлению еды.</p>
<p>«Почему Вася справился с заданием, а ты нет?», «Стремись к идеалу, ты должен быть лучшим»- так родители заставляют ребёнка чувствовать хроническую неудовлетворённость собой. Человек вырастает завистливым, агрессивным, лживым, бегущим от своей личности.</p>	<p>Расскажите ребёнку об уникальности каждого человека. Мы не должны соответствовать чьим-то ожиданиям и быть похожими на кого-то, у каждого свой путь. Используйте техники визуализации успехов ребёнка, например дерево талантов.</p> <p>Не забывайте, что вы всегда должны быть на стороне ребёнка.</p>

Вы должны понимать, что дети не рождаются «непослушными». Они рождаются с особым типом нервной системы, с особыми способностями, но привычки, характер, отношение ребенка формирует окружающая среда, особенно семейная. Тот стиль общения, те установки, которые присутствует в вашей семье ребенок, скорее всего, перенесет и в свою семью.