

Моя семья!!!
Мама Папа



Азбука ВОСПИТАНИЯ



Как уберечь ребенка от беды

Иногда в жизни детей возникают ситуации, которые кажутся им непреодолимыми.

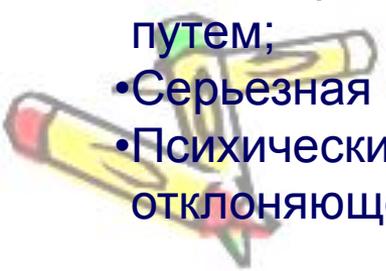
Я хочу рассказать Вам, уважаемые родители, о причинах поведения, признаках, по которым можно понять, что ребенок задумал что-то негативное, а так же о том, как Вы можете предотвратить появление страшных мыслей у своего ребенка, а также о том, как стать своему ребенку другом



Ситуации, которые могут спровоцировать депрессивное настроение ребенка

- Конфликтные отношения в семье;
- Насилие в семье (физическое, психическое, сексуальное);
- Недостаток внимания и заботы;
- Авторитарное властное поведение родителей;
- Развод родителей;
- Психические отклонения у родителей;
- Смерть значимого человека;
- Разрыв отношений с любимым человеком;
- Конфликты со сверстниками;
- Переживание обидной, несправедливой, оскорбительной ситуации, унижающей чувство собственного достоинства;
- Постоянные издевательства, запугивание со стороны сверстников;
- Высокие требования к учебе и ожидание результатов, которых подростку сложно достичь.
- Нежелательная беременность, аборт и его последствия;
- ВИЧ-инфекция или заражение другой болезнью, передающейся половым путем;
- Серьезная физическая болезнь;
- Психические расстройства ребенка (депрессия, психоз, дезадаптация, отклоняющееся поведение).

Азбука ВОСПИТАНИЯ



Симптомы саморазрушающего поведения

детей или как понять...

- Внезапная замкнутость и отказ от общения, самоизоляция, снижение поведенческой активности. Некоторые люди становятся замкнутыми, уходят в себя, но при этом маскируют свои чувства настолько хорошо, что окружающие долго не замечают перемен в их поведении. Единственный путь в таких случаях — прямой и открытый разговор с человеком.
- Внезапное изменение поведения, когда сдержанный, немногословный, замкнутый человек неожиданно для окружающих начинает много шутить, смеяться, болтать. Такая перемена иногда свидетельствует о глубоко переживаемом одиночестве, которое человек стремится скрыть под маской веселья и беззаботности.
- Необъяснимые или часто повторяющиеся исчезновения из дома, прогулы в школе;
- Безразличное или негативное отношение к своему внешнему виду, несоблюдение правил гигиены, изменение привычек сна и/или питания.
- Нарушение аппетита. Отсутствие или, наоборот, ненормально повышенный аппетит тесно связаны с саморазрушающими мыслями и должны всегда рассматриваться как критерий потенциальной опасности.
- Безразличные или наоборот неадекватные реакции на ситуации неудач в повседневной жизни.
- Внезапное враждебное поведение, асоциальные поступки, инциденты с правоохранительными органами, участие в беспорядках. Многим актам самоубийства предшествуют вспышки раздражения, гнева, ярости, жестокости к окружающим. Нередко подобные явления оказываются призывом человека обратить на него внимание, помочь ему;
- Употребление спиртного и/или наркотических средств;
- Совершение неоправданно рискованных поступков;
- Внезапное снижение школьной успеваемости, активности, потеря интереса к окружающей жизни;
- Противоречивость в отношениях и мыслях, например: одновременно любит и ненавидит родителей, братьев и сестер;
- Написание прощальных записок или записок-завещаний, раздача подарков окружающим. Некоторые люди, планирующие суицид, предварительно раздают близким, друзьям свои вещи;
- Частое прослушивание печальной, депрессивной музыки.

Советы для родителей

- Открыто обсуждайте школьные и личные проблемы детей;
- Помогайте своим детям ставить реальные цели в жизни и стремиться к ним;
- Не оставляйте ребенка один на один с проблемой. Учите его способам разрешения жизненных ситуаций;
- Обязательно оказывайте содействие в преодолении препятствий.
- Одобряйте и поддерживайте словом и делом любые стоящие положительные начинания ребенка;
- Не применяйте физические наказания ни при каких условиях;
- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком. Любите и проявляйте заботу о своих детей вне зависимости от возраста, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними;
- Умейте показывать свою любовь к ребенку, чаще обнимайте и целуйте его;
- Научитесь принимать своих детей такими, какие они есть. "Что посеешь, то и пожнешь!" – гласит народная мудрость. Поэтому любите своих детей, будьте искренними и честными с ними;
- Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации;
- Будьте внимательным слушателем;
- Помогите определить источник психического дискомфорта;
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно;
- Помогите ребенку осознать его личностные возможности, покажите свою веру в силы ребенка;
- Не читайте нотации, не предлагайте неоправданных утешений, не высмеивайте его мысли и идеи;
- Не говорите «Разве это проблема?», «Ты живешь лучше других» и т.д.
- Помогите ребенку проявить свои переживания через игры, рисунки, лепку, увлечения;
- Не игнорируйте ребенка, его желание получить внимание.

Заповеди для родителей

- Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помогите ему стать не тобой, а собой.
- Не требуйте от ребенка платы за все, что вы для него сделали. Вы дали ему жизнь, как он может отблагодарить вас?
- Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо, что посеешь, то и взойдет.
- Не относитесь к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам. Она ему тяжела не меньше, чем тебе, а может и больше, поскольку у него нет опыта.
- Не унижайте, не обзывайте!!!
- Не мучьте себя, если не можете сделать что-то для своего ребенка. Мучьте, если можете – но не делаете. Помните: для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
- Любите своего ребенка любым – неталантливым, неудачливым, взрослым.
- Общаясь с ним – радуйтесь, потому что ребенок это праздник, который пока с вами.
- Никогда не делайте чужому ребенку то, что не хотели бы, чтобы делали вашему.



Семь правил для всех

- Наказание не должно вредить здоровью — ни физическому, ни психическому. Более того, **НАКАЗАНИЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ПОЛЕЗНЫМ**
- Если есть сомнение, наказывать или не наказывать, **НЕ** наказывайте .
- За один раз — одно. Даже если проступков совершено сразу необозримое множество, наказание может быть суровым, но только одно, за все сразу, а не поодиночке за каждый. Салат из наказаний — блюдо не для детской души!
- **НИКОГДА** не отнимайте подаренного вами или кем бы то ни было — **НИКОГДА**
- Срок давности. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Иные чересчур последовательные воспитатели ругают и наказывают детей за проступки, обнаруженные спустя месяц, а то и год (что-то испортил, стащил), забывая, что даже в суровых взрослых законах принимается во внимание срок давности правонарушения.
- Наказан — прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута. Как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова. Не мешайте начинать жизнь сначала!
- Без унижения. Что бы ни было, какая бы ни была вина, наказание не должно восприниматься ребенком как торжество нашей силы над его слабостью, как унижение. Если ребенок считает, что мы несправедливы, наказание подействует только в обратную сторону!
- Ребенок не должен бояться наказания. Не наказания он должен бояться, а нашего огорчения.

НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ:

- когда ребенок болен, испытывает какие-либо недомогания или еще не совсем оправился после болезни — психика особо уязвима, реакции не предсказуемы;
- когда ест; после сна; перед сном; во время игры; во время работы;
- сразу после физической или душевной травмы (падение, драка, несчастный случай, плохая отметка, любая неудача, пусть даже в этой неудаче виноват только он сам) — нужно, по крайней мере, переждать, пока утихнет острая боль (это не значит, что нужно непременно бросаться утешать);
- когда не справляется со страхом, с невнимательностью, с ленью, с подвижностью, с раздражительностью, с любым недостатком, прилагая искренние старания; когда проявляет неспособность, бестолковость, неловкость, глупость, неопытность — во всех случаях, когда что-либо НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ;
- когда внутренние мотивы поступка, самого пустякового или самого страшного, нам непонятны;
- когда сами мы не в себе; когда устали, огорчены или раздражены по каким-то своим причинам.



10 фраз, которые нельзя говорить ребенку:

1. У тебя ничего не получается — дай сделаю я!

Психологи утверждают, что эта фраза травмирует малыша и заранее программирует на неудачу. Он чувствует себя глупым и неловким и в будущем боится уже проявить инициативу, думая, что мама снова будет кричать.

2. Возьми, только успокойся!

Тяжело некоторым родителям выдержать многочасовое заунывное «ну пожалуйста, ну дай». Но, согласившись дать малышу то, что он просит, родители, сами того не желая, дают понять: нытьем и уговорами можно добиться всего, и мамино «нет» не стоит воспринимать всерьез.

3. Еще раз такое увижу — ты у меня получишь!

Как показала практика, дальше угроз дело не доходит. Ни мама, ни папа не осуществляют наказание, а ребенок будет только напуган. Подобная фраза у детей вызывает лишь обиду и недоумение. Не пугайте своего кроху. Ребенок должен точно знать, чего стоит ожидать в том или ином случае. А внезапные срывы родителей ни к чему хорошему не приведут.

4. Я сказал(а) немедленно перестань!

Не стоит так резко говорить с малышом! Это же ваш ребенок! Если вы сорвались, лучше извиниться. Ребенок ведь обижается, чувствуя себя абсолютно бесправным. И вместо того, чтобы «перестать» начинает протестовать — малыши плачут и капризничают, подростки молча уходят и замыкаются в себе. В общем, как ни крути, это фраза никак не поможет добиться желаемого.

5. Ты должен понимать, что ...

У многих детей возникает защитная реакция на эту фразу и ее занудное продолжение. Малыш не понимает нравоучений и, не слушая вас, переключается на что-то другое. Хуже всего поучения воспринимаются ребенком, когда он взбудоражен, расстроен или разозлен. Помните, он тоже человек, у которого возникла какая-то «проблема», и в данный момент он озабочен ею, и никак не принимает ваши даже самые здравые и правильные рассуждения.

10 фраз, которые нельзя говорить ребенку:

6. Мальчики (девочки) так себя не ведут!

Постоянно повторяя это, родители прививают ребенку определенные стереотипы. И во взрослой жизни, выросший уже мальчик будет воспринимать собственную эмоциональность как что-то недостойное, а девочка — испытывать комплексы по поводу «неженской» профессии или недостаточно убранной квартиры.

7. Не расстраивайся из-за ерунды!

Возможно, для малыша это не ерунда! Вспомните себя в детстве! Да, ребенка может расстроить, что ему машинку не дали или дом из кубиков рассыпался. Ведь в его маленьком мире именно машинка и домик — самое важное! Демонстрируя пренебрежение к проблемам ребенка, вы рискуете потерять его доверие и в дальнейшем не узнать о других, совсем не ерундовых проблемах своего малыша.

8. Побереги мое здоровье!

Нередко некоторые мамы говорят это малышам. Но поймите, рано или поздно все это перестает восприниматься всерьез, как в сказке про пастуха и волков. И на действительно плохое самочувствие мамы ребенок по привычке может не обратить внимания. Он подумает, что мама жалуется лишь бы он перестал шуметь, прыгать, играть.

9. Нет, это мы не купим — денег нет (дорого)!

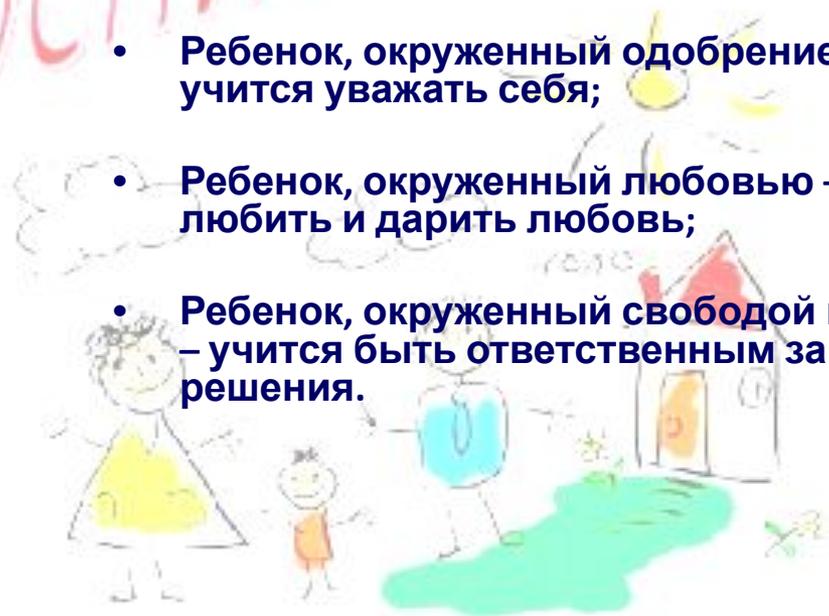
Тяжело объяснить малышу, почему не стоит покупать всё подряд. Но получается, если у мамы или папы будут деньги — можно купить в магазине всё! Малыш именно так понимает эту фразу. Не лучше ли сказать, мамы и папы: «такая игрушка у тебя уже есть», «шоколада много вредно». Да, объяснять всегда трудно! Но ребенок должен понимать, почему родители ему это не покупают.

10. У всех дети как дети, а ты господнее наказание, неряха, растяпа и...

Не надо подобные ярлыки «вешать» на детей! Это понижают самооценку, и ребенок действительно начинает им соответствовать.

- Ребенок, окруженный критикой – учится обвинять;
- Ребенок, окруженный насмешками – учится быть недоверчивым;
- Ребенок, окруженный враждебностью – учится видеть врагов;
- Ребенок, окруженный злостью – учится причинять боль;
- Ребенок, окруженный непониманием – учится не слышать других;
- Ребенок, окруженный обманом – учится врать;
- Ребенок, окруженный позором – учится чувствовать вину;

- Ребенок, окруженный поддержкой – учится защищать;
- Ребенок, окруженный ожиданием – учится быть терпеливым;
- Ребенок, окруженный похвалами – учится быть уверенным;
- Ребенок, окруженный честностью – учится быть справедливым;
- Ребенок, окруженный безопасностью – учится доверию;
- Ребенок, окруженный одобрением – учится уважать себя;
- Ребенок, окруженный любовью – учится любить и дарить любовь;
- Ребенок, окруженный свободой выбора – учится быть ответственным за свои решения.



Если существует нечто, что мы желаем изменить в
ребенке, нужно вначале исследовать и посмотреть,
не является ли это тем, что лучше было бы
изменить в нас самих.

Карл Густав Юнг.

Спасибо за внимание!

Азбука ВОСПИТАНИЯ

Муниципальная комиссия
по делам несовершеннолетних и
защите их прав администрации
Устьянского муниципального района
Архангельской области

