ПОМОГИ СВОЕМУ РЕБЁНКУ!

Детство бывает только однажды. Его не получится повторить или переделать. Тот, кто хочет стать родителем или уже им является — настоящий герой. На нем лежит колоссальная ответственность за то, какая жизнь ожидает ребенка, сколько у него будет тараканов в голове, и, соответственно, сколько сил ему потом придется приложить, чтобы этих тараканов потравить.

Защищать детей от всего негатива, который можно предотвратить — ответственность родителей. Разумеется, не все несчастья можно предугадать, например, смерть близкого человека, сильную болезнь или какое-либо другое жуткое обстоятельство непреодолимой силы. Однако существуют моменты, избежать встречи с которыми, вполне реально. В этом и заключается обязанность родителя или опекуна – помочь ребенку не столкнуться с обстоятельствами, которые травмируют и вызывают страдания.

Чтобы перестать вредить своему ребенку, необходимо:

1. Относиться к ребенку как к взрослому. Некоторые родители считают своих детей маленькими взрослыми и ожидают от них взрослого поведения. Однако дети – не маленькие взрослые, они – дети. Они не могут так же, как взрослые, обрабатывать информацию. Глупо брать с собой малыша в модный ресторан и расстраиваться, что он шумит, безобразничает и ведет себя как ребенок.

2. Перегружать расписание. Слишком большое количество детей подвергается выгоранию до поступления в университет.

У большинства детей чуть ли не каждый час каждого дня в неделю расписан как у 40-летнего владельца бизнеса. Результатом является стресс от попыток справиться со всеми делами и не выбиться из сумасшедшего расписания.

Детям нужно давать достаточно времени для развития воображения и игры, времени на креативность, притворства и фантазии, ведь все это важнейшие составляющие их ментального роста.

3. Насиловать ребенка физически и эмоционально. Нет ничего удивительного в том, что физическое насилие вредит ребенку. Я думаю, тут любые комментарии излишни. Другое дело — насилие эмоциональное. Эмоциональное насилие наносит такой же, если не более травмирующий, ущерб, но некоторые родители даже не осознают собственных действий. Слова прилипают как мухи на суперклей. Нанеся обиду однажды, ее нельзя просто удалить. Когда ты называешь ребенка глупым, плохим, уродливым или унижаешь как-то иначе, сказанное нельзя забрать назад. Такие слова бьют в самое сердце, особенно если сказаны родителем.

4. Рассчитывать на то, что ребенок будет разбираться с твоими проблемами. Не стоит надеяться на то, что твой ребенок взвалит на себя бремя твоих проблем. Работа родителя – оберегать ребенка от взрослых проблем. Алкоголизм, злоупотребление наркотиками, зависимость, развод – это те проблемы, с которыми ребенок не должен сталкиваться. Когда один родитель пытается настроить ребенка против другого, это приводит к непомерной эмоциональной нагрузке на ребенка, способной нанести серьезный вред.

Если ты в разводе, не говори плохо о другом родителе при ребенке. Ребенок интернализует эти слова, так как в нем половина от тебя и половина от другого родителя.

5. Давить на достигаторство. Давление на успешность в наши дни очень сильно. Одно дело — хотеть лучшего для своего ребенка. Другое дело — хотеть, чтобы ребенок стал лучшим. Как бы ребенок не старался быть лучшим, чтобы заслужить одобрение мамочки и папочки, всегда будет тот, кто будет лучше, в чем угодно. Пусть ребенок старается по собственной воле. Между давлением и поощрением есть большая разница. Помни об этой разнице, чтобы иметь возможность именно поощрять ребенка, а не давить на него своими ожиданиями.

6. Изолировать ребенка социально. Детям нужно находиться в окружении других детей. Находясь среди взрослых и взаимодействуя только со взрослыми, ребенок может в дальнейшем хуже взаимодействовать со своими сверстниками. Ребенку нужно регулярно взаимодействовать с одногодками для развития социального поведения. Первые несколько лет жизни являются очень важным периодом — взаимодействие со сверстниками в это время влияет на будущую способность ребенка быть принятым в социуме.

Помоги своему ребенку заранее, планируя для него игры со сверстниками — от этого взаимодействия зависит его развитие.

7. Давать плохой пример для подражания. Детям очень важно иметь положительный образ для подражания. Если ребенок видит перед собой наркомана и алкоголика, он будет считать, что такое поведение позволительно или даже поощряется. Если ребенок видит перед собой психологически и физически здоровых родителей, из него вырастает такой же здоровый человек. Для ребенка первым примером для подражания, разумеется, являются родители. Дети ищут различные образы, чтобы смоделировать свое поведение в школе, в отношениях или при принятии трудных решений».

Хочешь ли ты, чтобы ребенок вел себя так же, как ты? Будь для него положительным примером, потому что он видит все, что ты делаешь.

Хочется добавить еще один момент. Никогда не стоит отчаиваться. Почти все поправимо. За консультацией к психологу обращаются часто уже по свершившемуся факту. И приходится работать уже со сложившейся проблемой. Свойства психологии таковы, что если прорабатывается эмоциональное состояние обратившегося на терапию человека, то и настрой его ближайшего окружения обязательно меняется. Самое главное – Ваше желание. Желание помочь, желание поддержать, желание понять близкого человека. А все остальное приложится.

Наш адрес:
г. Когалым
ул. Дружбы Народов, д. 12 кв. 36

Контактный телефон:
отделение психологической помощи гражданам:
+7(34667)-2-76-25(доб. 253)
+7-952-711-0073
(телефон горячей линии)

Сайт учреждения:
www.kson86.ru

Официальная группа учреждения в социальной сети «ВКонтакте»:
https://vk.com/kson_jemchujina

Официальная группа учреждения в социальной сети «Одноклассники»:
https://ok.ru/bukogalyms

Официальная группа учреждения в «Telegram»:
https://t.me/KKCSON

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Когалымский комплексный центр социального обслуживания населения»

ОТДЕЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ГРАЖДАНАМ

ПОМОГИ СВОЕМУ РЕБЕНКУ

г. Когалым