

УНИВЕРСАЛЬНЫЕ СОВЕТЫ

РОДИТЕЛЯМ ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ, СПОСОБНЫЕ ПРЕДОТВРАТИТЬ РАЗВИТИЕ РИСКОВАННОГО ПОВЕДЕНИЯ

- 1. Интересуйтесь жизнью ребенка и оказывайте ему поддержку.** Родительская поддержка порождает доверительные отношения между детьми и родителями и влечет за собой высокую самооценку подростков, способствует успехам в учебе и нравственному развитию. И наоборот, недостаточная родительская поддержка может привести к низкой самооценке ребенка, плохой учебе, импульсивным поступкам, слабой социальной адаптации, неустойчивому и антиобщественному поведению.
- 2. Обсуждайте новости, информационные поводы.** Если Вы обсуждаете с ребенком новость о последствиях рискованного поведения, дайте ребенку понять, что его жизнь и здоровье ценны для Вас, а рисковать ими подобным образом не стоит.
- 3. Показывайте личный пример.** Будьте примером для подражания, следуйте тем же принципам, которым учите детей. Так как процесс идентификации у подростков отчасти протекает в семье, те из них, кто гордится своими родителями, как правило, чувствуют себя достаточно комфортно в окружающем мире. Старайтесь сами проявлять активность в общении. Побуждайте ребенка дома больше разговаривать.
- 4. Избегайте чрезмерного использования дисциплинарных мер** по отношению к подростку. Всегда лучше использовать поощрение желаемого поведения, чем наказание за нежелательное. Формируйте его уверенность в себе. Акцентируйте внимание на его сильных сторонах, компенсируя этим его недостатки.
- 5. Спрашивайте мнение своего ребенка.** Формируйте его способность критически осмысливать информацию. Проводите семейные обсуждения интересных подростку тем.
- 6. Обсуждайте ценности вашей семьи.** Делитесь с ребенком тем, что считаете важным в жизни и ценным в людях, транслируйте ему ценности личным примером и не принижайте ценности, которыми он от Вас отличается.
- 7. Признавайте ошибки перед ребенком.** Для ребенка важно умение признавать совершенные ошибки, и нет ничего лучше личного примера в обучении этому. Помогайте ребенку исправить неправильный поступок. Разговаривайте с ребенком в тоне уважения и сотрудничества.

❗ ВАЖНО

- 8. Если Вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь как можно скорее встретиться и обсудить это со специалистом (например, с психологом), но не акцентируйте постоянно внимание на имеющейся у ребенка проблеме.** Специалисты помогут Вам понять, насколько серьезна проблема и дадут рекомендации по ее разрешению.

КАК НЕ СОВЕРШИТЬ ОШИБОК В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ?

Воспитание здоровой адаптивной личности в сегодняшнем мире сфокусировано на стимулировании у ребенка собственной активности и осознанности: понимании себя, умении выражать свои мысли и желания, любопытстве к самостоятельному изучению окружающего мира, формировании опыта принятия самостоятельных решений. Ребенок может совершать ошибки — чтобы в дальнейшем найти пути преодоления их последствий.

В воспитании детей тоже могут быть допущены ошибки. Ниже приведены некоторые ошибки воспитания и действенные советы по их преодолению.

⚡ Ошибки воспитания

★ Советы по воспитанию

- | | |
|---|---|
| ■ Долгие разлуки с ребенком без объяснения ему, что его любят, а разлука связана с определенными обстоятельствами | ■ Ребенок воспримет отсутствие родителя менее тяжело, если будет знать, что его любят. Расставаясь с ребенком на долгое время, следует всегда объяснять ему причины вашего отсутствия как до разлуки, так и после нее |
| ■ Эмоциональная холодность родителей | ■ Важно проявлять к ребенку искреннюю заботу, обнимать его, дарить ему эмоционально теплые моменты |
| ■ Игнорирование и обесценивание эмоций и желаний ребенка | ■ Если желания ребенка приходится отвергать, обязательно следует объяснять причины отказа, аргументируя свое решение |
| ■ Оценивание ребенка, сравнение его с другими | ■ Ребенка не стоит сравнивать с другими детьми. Будет полезно укрепить в ребенке мысль, что единственный человек, которого он должен стремиться превзойти — это он сам |
| ■ Связывание любви к ребенку с его поведением, успехами | ■ Любовь к ребенку должна быть безусловной; при плохом поведении ребенка осуждению подлежит поведение, а не личность ребенка в целом |
| ■ Неконструктивная критика, нацеленная на унижение | |
| ■ Слежка, гиперконтроль | ■ По мере взросления ребенка следует наделять его большей ответственностью за его поведение, поручать ему самостоятельное выполнение задач и доверять ему все больше в его жизни |
| ■ Слова о никчемности ребенка | ■ Испытывать и проявлять уважение к каждому — особенно к своему ребенку — крайне важно для поддержания психического здоровья. Если вы испытываете негативные эмоции (даже если ребенок прямо явился их причиной), следует уметь их выражать (например, посредством «Я-высказываний»). Это также способствует воспитанию культуры поведения ребенка на вашем примере |
| ■ Оскорбления, унижения | |
| ■ Физическое насилие | |

ПОЛЕЗНЫЕ РЕСУРСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

www.растимдетей.рф

Навигатор для современных родителей — федеральный портал информационно-просветительской поддержки родителей Растимдетей.рф



8 (800) 444-22-32

(бесплатно,
с 9.00 до 18.00
по рабочим дням)

Горячая линия по оказанию помощи родителям в рамках национального проекта «Образование» оказывается психолого-педагогическая, методическая и консультативная помощь родителям, а также гражданам, желающим принять ребенка на воспитание в семью.

8-800-2000-122

(бесплатно,
круглосуточно)

Всероссийский Детский телефон доверия: психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей

8-800-200-19-10

Телефонная линия «Ребенок в опасности» Следственного комитета РФ: дети, их родители, а также все неравнодушные граждане, обладающие информацией о совершенном или готовящемся преступлении против несовершеннолетнего или малолетнего ребенка, могут позвонить по бесплатному круглосуточному номеру телефона.

www.ya-roditel.ru

Я — родитель: портал для ответственных родителей и тех, кто хочет ими стать, поддерживаемый Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации



fond-detyam.ru

Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации



netaddiction.ru

Портал «Интернет-зависимость»: информационный портал о профилактике и лечении интернет-аддикций

8-800-600-31-14

(бесплатно,
круглосуточно)

Горячая кризисная линия для оказания психологической помощи несовершеннолетним и их родителям (законным представителям) на базе Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования ФГБОУ ВО МГППУ. Целью работы круглосуточной линии является работа с кризисным состоянием детей, родителей и других обратившихся с кризисной проблематикой обращений.

www.fcprc.ru

ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»: специализированные страницы сайта Центра защиты прав и интересов детей: «Твое право», «Информационная безопасность», «Ценность» и «Ответственное поведение» — ресурс здоровья» содержат полезные материалы, информацию о профилактике социально-негативных явлений

