

Стати батьком дуже легко. Бути батьком дуже важко

Коли і з чого починається батьківство? Воно починається з прийняття рішення про те, що ми хочемо мати дитину і готові стати батьками.

Це, звичайно, відбувається по-різному в кожній сім'ї. В ідеальному випадку ми стараємось дбати про своє здоров'я, збагачуємо позитивом свій внутрішній світ. Ми ж розуміємо, що саме від нас залежить здоров'я нашого майбутнього малюка. І ось, ми стали батьками! Що тепер є головним для нашого дитятка?

Звичайно ж – це любов з боку батьків та тих людей, які оточують дитя. Важливу роль відіграє і свідоме ставлення до батьківства, грамотність у виконанні своїх батьківських обов'язків. Отож, сьогодні ми зазирнемо у світ батьківської любові та світ знань про батьківство. Всім відомо, що виховання дітей потребує терпіння, самовідданості та внутрішньої стабільності. Але важливо знати й те, які наслідки в душі дитини залишають наші вчинки, агресивна поведінка, необережні висловлювання.

Джерелами психологічних травм для дитини є приниження, тероризування, ізоляція та емоційне ігнорування. Бувають випадки, коли батьки адресують своїй дитині такі слова, як «дурень», «бовдур», «незграба» та інші. Цим вони знижують самооцінку дитини, знецінюють її як особистість.

Особливо небезпечно робити це в присутності сторонніх. Інші батьки, для того, щоб дитина була слухнянішою, залякують її, погрожують фізичною карою. У цьому випадку можна почути такі вислови: «Я не знаю, що з тобою зроблю...», або ж «Я ладна тебе вбити!» та інші. Така поведінка породжує у дитини страх, невпевненість, відчуття неповноцінності і непотрібності. Не менш травмує дитину й ізоляція, коли її зачиняють у кімнаті, або ж ще гірше – у коморі. Ще інші батьки вважають, що суворе виховання підготує дитину до умов суворого життя. Такі батьки відмовляють дитині в обіймах, пестощах, поцілунках, співчутті, турботі і просто у щирій розмові.

Не всі ми вміємо сказати дитині: «Яке щастя, що ти в мене є!», «Як я тебе люблю» або «Ти для мене найрідніший чи найрідніша». Ці фрази заспокоюють, додають впевненості, допомагають у всіх видах розвитку. Отож, коли у наших діток поганий сон, спостерігаються риси апатії та байдужості, розлади травлення, ми, батьки, повинні в першу чергу перегорнути сторінки своєї поведінки з дитиною.

Негативна, травмуюча поведінка глибоко «роз'їдає» душу дитини. Вона щоразу переконується: «Я поганий», «Я не розумний», «Я нікому не потрібний».

Взагалі, чим краще у вашої дитини розвинуті соціальні навички та вміння, там краще вона почувається в товаристві людей, тим краще вона захищена від психологічної травми.

Що ж відбувається з дітьми, які страждають від психологічних травм? У немовлят у таких випадках може виникнути нудота та блювання. Крім того, у таких дітей з'являються затримки в розвитку моторних та мовних умінь, розвивається апатія та байдужість. Як зазначає Тіна Грімберг, у психологічно травмованих дітей простежується порушення сну. У них розвиваються шкідливі звички – смоктання пальця, спроби кусатися, розкачування, розлади в травленні, істерія.

Серед різних видів психологічного травмування спеціалісти виділяють словесні образи у ставленні до дітей. Словесні образи сприяють розвитку певного ставлення дитини до самої себе, розвитку агресивності, бажання завдати шкоди собі та іншим людям. Травмовані діти часто справляють враження злих, нещасних. Часто відчують потребу втекти куди-небудь, не маючи навіть чіткого уявлення, куди.

На жаль, часто травмування дитини вдома супроводжується її травмуванням у школі. Дитина готова бачити у вчителі замісника батьків, ставитися до нього (неї) з довірою. І коли вчитель поводить стосовно дитини негативно, застосовуючи

насильницькі методи, це або породжує психологічні травми, або поглиблює й без того глибокі сімейні травми.

Психологічні травмування в школі можуть виявлятися в таких діях:

словесні образи та приниження;

доведення дитини до сліз криком;

обзивання дитини дурнем чи ідіотом;

потурання дітям, які знущаються над іншими;

використання домашнього завдання як покарання тощо.

Ми часто не замислюємося над тим, що відчуває дитина, коли публічно обговорюється або проявляється її неуспіх.

Уявімо біля класної дошки не дуже впевнену в собі дитину. Вона пише на дошці. Намагається все зробити якомога краще. І раптом кілька дітей збуджено тягнуть руки – вони хочуть вказати на зроблену помилку. Помилка перетворюється у всенародне досягнення класу. А учень в'яне, перестає розмірковувати, його увага розсіюється. Успіху не досягнуто, а неуспіх стає звичним явищем. Поступово у травмованої дитини розвивається негативна самооцінка: «Я нездібний», «Я нічого не можу».

У всіх випадках травмування словом, ярлики, прізвиська глибоко роз'їдають душу дитини. У неї з'являються оцінювальні судження: «Я поганий», «Я нерозумна», «Я нікому не можу подобатися». Спочатку дитина думає так про себе зрідка, потім усе частіше, потім це стає реальністю. Оточення ж бачить нас значною мірою так, як ми самі бачимо себе.

Сімейне спілкування відіграє вагомую роль у вихованні. Ідеально, чудово, прекрасно, коли від нього віє теплотою і сердечністю, турботою, доброзичливістю і чуйністю. Правильно організоване спілкування — запорука доброго настрою, душевного спокою. Правильно роблять ті дорослі, які велику увагу приділяють повсякденному спілкуванню з дитиною. Вони розповідають багато цікавого, читають книжки, складають казки, обговорюють події дня. В. Сухомлинський підкреслював, що від того, яким буде слово матері — лагідним, добрим, уважним, розумним, сердечним чи дратівливим, сварливим, злим, — залежить і виховання у дітей почуття відповідальності. Стежте за власним мовленням.

Пам'ятайте, що воно — відображення вашої особистості. Намагайтеся говорити спокійно, доброзичливо. Не зловживайте словами «повинен», «треба». Зверніть увагу на те, чи говорите дітям «дякую», «вибач», чи вистачає вам терпіння шукати все нові й нові слова для роз'яснення і переконання. Пам'ятайте, що діти люблять не тільки слухати, але й думати, висловлювати власні судження, тобто вони хочуть брати участь у спілкуванні. Будьте уважними до мовлення дитини, адже мова, як відомо, — знаряддя культури спілкування. Через сім'ю наші діти входять в суспільство. В сім'ї їм вручають естафету досвіду поколінь, котру вони повинні нести далі, щоб передати її своїм дітям.

Жоден виховний заклад не може дати дітям того, що дає нормальна сімейна атмосфера, спілкування дітей з батьком та матір'ю. Діти уподібнюються дорослим, копіюють їх, орієнтуються на їх поведінку. Тому недарма в народі кажуть: «Яке дерево, такі в нього квіточки, які батьки, такі їхні діточки», «Який куш, така й калина, яка мати, така й дитина», «Яка гребля, такий млин, який батько, такий син». Шановні батьки! Пам'ятайте! Батьківська любов потрібна для самоповаги дитини, добрих взаємин з іншими людьми, позитивних уявлень про самого себе. Дуже часто саме відсутність віри близьких людей — матері і батька — в краще, що є в дитині, штовхає дитину або підлітка на негативні кроки.

Ми повинні чітко уявляти собі, що багато залежить від наших стосунків з дітьми і що прояви різних рис характеру дітям потрібно не описувати, а демонструвати. Любов рідних, близьких для дитини є тим зерном, яке у процесі росту дасть гарні, корисні плоди у майбутньому. Шановні батьки! Тепла вам у стосунках з вашими дітьми, терпіння у нелегкій праці — виховання, взаєморозуміння і радості кожного дня. Дозвольте закінчити нашу зустріч такими словами: Хай же будуть ваші руки сильними, а душі — зрячими. Хай поруч з матір'ю завжди йде батько!

Хай кожна дитина, яка приходить у цей світ, матиме ці два крила не задля того, аби літати, а для того, щоб впевнено ходити по землі.

Як же нам навчитися уникати психологічних травм дитини?

☺ Насамперед, дорослим треба навчитися формувати партнерські дружні стосунки в своїй сім'ї. навчитися уважно й шанобливо ставитися одне до одного, відкрито висловлювати свої почуття та обговорювати свої проблеми.

☺ Дуже корисно навчитися боротися зі стресом, мирно розв'язувати конфлікти, уникати їх.

☺ Добре було б зрозуміти, яких психологічних травм ви зазнали в дитинстві, і спробувати за допомогою психологів їх подолати.

☺ Вирішивши стати батьками, необхідно ознайомитися з основами дитячої та вікової психології, мистецтвом бути батьками.

☺ Необхідно навчитися практичних навичок догляду за дітьми.

☺ У своїх діях необхідно розвивати здатність розповідати про свої почуття й турботи батькам та друзям, виховувати в дітей уміння захистити свої права. Корисно розвивати в дітях уміння відкладати отримання задоволення.

