

Психологічні рекомендації для батьків на тему:

«Компетентнісне батьківство як запорука гармонійних відносин у сім'ї»

Психологічне здоров'я дітей залежить від соціально-економічних, екологічних, культурних, психологічних та багатьох інших факторів. Але найпотужніший вплив на особистий розвиток дітей здійснює соціальний досвід, накопичений у сім'ї. Неформальне спілкування, середовище, де дорослі люблять дітей та піклуються про них, і щоденна спільна діяльність створюють унікальні можливості для формування моральних цінностей та життєвого досвіду дитини. Однак у сім'ях, де рівень спілкування між дітьми та батьками низький, допускаються серйозні помилки у вихованні дітей, що негативно позначається на їх подальшому розвитку. Однією з причин цих помилок є низький рівень знань батьків про стилі виховання дітей.

На формування емоційного клімату в сім'ї, в першу чергу, впливають властивості особистості батьків:

- спроможність стресовому впливу;
- адекватно оцінювати ситуацію;
- регулювати свої негативні емоційні прояви (агресію, страхи, тривогу);
- вміння йти на компроміси.

Психологами виділені несприятливі риси характеру батьків, які можуть виступати причинами порушення дитячо-батьківських стосунків і емоційного стану в родині, в цілому:

- афективність – емоційна збудливість, яка виснажує особистість як фізично, так і емоційно;
- тривожність – схильність до занепокоєння, частих відчуттів тривоги і страхів;
- сензитивність – підвищена емоційна чутливість, схильність легко засмучуватися і хвилюватися;
- егоцентричність – фіксація на своїй точці зору, відсутність гнучкості суджень;
- гіперсоціальність – підвищена принциповість, перебільшене почуття обов'язку, нездатність до компромісів;

– домінантність або прагнення відігравати значущу, провідну роль у відносинах з оточуючими.

На формування дитячо-батьківських стосунків впливають наступні психологічні типи батьків:

– авторитарний тип – батьки характеризуються активною життєвою позицією, намагаються подолати проблеми і допомогти дитині, але вони є імпульсивними й інколи не можуть себе стримати з дитиною (можуть використовувати більш жорсткі методи покарання, завищувати вимоги до дитини тощо);

– психосоматичний тип – батьки намагаються максимально допомогти дітям з відхиленнями у розвитку, як і при першому типі, але вони є більш лояльними, співчутливими, схильною повністю присвячувати свій час дитині, виснажуючи себе;

– невротичний тип – батькам характерна пасивна позиція, вони приймають дитину, але є бездіяльними і не намагаються всебічно розвивати дитину, не розуміючи того, що вторинні дефекти є результатом їхньої батьківської некомпетентності. Вони задоволені тим, що дитина може робити і на більше вона не здатна (у таких сім'ях міжособистісний зв'язок може набути «симбіотичного характеру»).

Батьки невротичного типу не можуть адекватно реагувати на проблеми дитини.

Сімейне виховання – процес формування особистості людини. Формування таких рис і якостей особистості, які допоможуть гідно подолати життєві труднощі, перешкоди й негаразди. Розвиток інтелекту і творчих здібностей, пізнавальних сил і початкового досвіду трудової діяльності, морального та естетичного формування, емоційної культури і фізичного здоров'я дітей – все це залежить від сім'ї, від батьків. Сімейне виховання формується під впливом об'єктивних і суб'єктивних факторів, а саме:

- психофізичні відхилення дитини;
- індивідуальні психологічні властивості батьків і дітей;
- традиції, в яких виховувалися батьки;
- вплив найближчого оточення (батьки, родичі, друзі).

Отже, основною причиною формування напруженості у відносинах з батьками є незадоволеність дитини спілкуванням з дорослими. Нестача тепла, ласки, конфлікти між членами сім'ї, відсутність тісних емоційних контактів з батьками призводить до формування у дитини тривожно-песимістичних

особистісних очікувань. Іншою істотною причиною, що викликає емоційне неблагополуччя, є індивідуальні особливості дитини, специфіка її внутрішнього світу (вразливість, сприйнятливність, що ведуть до виникнення страхів).

Тому основними рекомендаціями батькам щодо формування позитивної взаємодії з дітьми є наступні:

1) постійно підбадьорювати, заохочувати демонструвати впевненість в успіху дитини, у її можливостях;

2) виховувати правильне ставлення до результатів своєї діяльності, уміння правильно оцінити їх, опосередковано ставитися до власних успіхів, невдач, не боятися помилок, використовувати їх для розвитку діяльності;

3) формувати правильне ставлення до результатів діяльності інших дітей;

4) розширювати і збагачувати навички спілкування з дорослими й одноліткам, розвивати адекватне ставлення до оцінок, думок інших людей;

5) у своїх відносинах із дитиною дотримуватися «позитивної моделі». Хвалити її в кожному випадку, коли вона цього заслужила, підкреслювати успіхи. Це допоможе зміцнити в дитини впевненість у власних силах;

6) говорити стримано, спокійно і м'яко;

7) підтримувати вдома чіткий розпорядок дня. Час прийому їжі, виконання домашніх завдань і сну повинний відповідати цьому розпорядкові;

8) не оберегати дитину від повсякденних справ, не вирішувати за неї всі проблеми, але і не перевантажувати її тим, що їй непосильно. Нехай дитина виконує доступні їй завдання і одержує задоволення від зробленого;

9) заохочувати в дитині ініціативу;

10) не порівнювати дитину з іншими дітьми. Порівнювати її із самою собою (тією, якою вона була вчора чи, можливо, буде завтра);

11) пам'ятати, що заборона й підвищення голосу – найнеефективніші способи виховання;

12) показувати дитині особистий приклад ефективної поведінки. Не допускати при ній вибухів гніву;

13) важливо, щоб дитина повсякчас почувала, що її люблять, цінують і приймають;

14) не обговорювати при дитині проблеми її поведінки;

- 15) з'ясувати, що подобається вашій дитині;
- 16) допомагати дитині навчитися планувати свої дії наперед;
- 17) спілкуватися щодня. Щоденне спілкування покаже вашій дитині, що ви дбаєте про неї;
- 18) можна висловлювати своє незадоволення окремими діями дитини, але не дитиною загалом;
- 19) незадоволення діями дитини не повинно бути систематичним, інакше воно переросте у її неприйняття;
- 20) давати змогу дитині самій залагоджувати наслідки її дій або бездіяльності;
- 21) ніколи не ляяти дитину образливими словами за нездатність щось зрозуміти або зробити, дивлячись на неї з висоти власного авторитету. Перш ніж ляяти дитину за невміння, спробуйте з'ясувати природу труднощів. Дорослий, який лає дитину за те, що вона чогось не знає або не вміє, подібний до лікаря, який лає людину за те що вона, захворіла. Для дитини чогось не вміти, щось не знати – це нормальний стан речей. Цим не можна дорікати;
- 22) дитина не повинна панічно боятися помилитися. Неможливо навчитися чогось, не помиляючись. Намагайтеся не виробити в неї страху перед помилкою. Почуття страху придушує ініціативу, бажання вчитися, та й просто радість життя і пізнання;
- 23) Не змушуйте дитину бути схожою на себе. Визнавайте за дитиною право на індивідуальність, право бути іншою.