

Что делает подростков счастливыми.

Подростковый возраст – время перемен. Прежде чем вступить в него, ребенок проживает различные жизненные этапы и эмоции. Многие родители могут вспомнить, как чувствовали страх, боль или разочарование, думая о воспитании своего ребенка. Но тот вырос – и родители счастливы, видя, что с ним все в порядке. Все родители хотят счастья своим детям. Рассмотрим, как сделать подростка счастливым.

Счастливый подросток

В возрасте от 13-ти до 19-ти лет в жизни детей меняется многое. У них происходят физиологические изменения, они пытаются подражать окружающим или ищут собственный стиль.

В раннем возрасте дети любят смотреть мультфильмы и играть в компьютерные игры. Подростки общаются со сверстниками с помощью социальных сетей и ходят с друзьями на вечеринки. В старших классах у детей сильно меняются представления о дружбе. Они стремятся к более глубоким взаимоотношениям и нуждаются в большей свободе. Также старшеклассники решают, кем стать в будущем и учатся делать самостоятельный жизненный выбор.

Воспитание подростков

Воспитание маленьких детей во многом отличается от воспитания подростков. У подростков может возникать много проблем с успеваемостью, общением со сверстниками и т.д. Дети этого возраста сталкиваются с физиологическими изменениями, насмешками и издевательствами со стороны сверстников.

От подростка вы можете достаточно часто услышать фразу: «Я разберусь сам, ты ничего не понимаешь». Подростки становятся старше и требуют больше свободы. Поэтому вам стоит разрешить им самостоятельно делать жизненный выбор. Вместе с тем, подростки нуждаются в вашей помощи, чтобы научиться принимать правильные решения.

Счастье в настоящем моменте

Родители постоянно говорили нам, что позже мы будем счастливее – когда поступим в университет, сдадим выпускные экзамены, устроимся на работу и т.д. Если вы хотите, чтобы ваш подросток был счастлив, не повторяйте эту ошибку.

Не говорите ему, что для счастья нужны какие-то условия. Он может стать счастливым прямо сейчас. Но не стоит рассказывать подростку, как именно достичь счастья – просто скажите ему, что для этого не нужны никакие условия.

Наука счастья

Чтобы стать счастливыми, нам следует обращать внимание на то, в чем мы хороши, а не на то, что с нами не так.

Это не означает, что нужно игнорировать недостатки вашего подростка. Поговорите с ребенком и спросите, что делает его счастливым. Постарайтесь, чтобы у подростка было этого в достатке. Если он говорит, что просто хочет полежать на диване или погулять с друзьями, позвольте ему это. Это поможет ему найти жизненный баланс.

Если подросток хорошо играет в футбол, убедитесь, что у него есть на это достаточно времени. Когда он сосредоточится на том, что у него хорошо получается, то будет достигать еще большего. Когда подросток счастлив, он будет стараться стать лучше и в тех занятиях, в которых он не настолько хорош. Помогайте ему в этом.

Подросток должен понимать, что всегда быть счастливым просто невозможно. Все эмоции хороши, и иногда нормально чувствовать злость или расстраиваться. Иногда, при определенных обстоятельствах, злость даже может быть конструктивной. Объясните ребенку, что его счастье не должно зависеть от эмоций, которые он испытывает.

Формула счастья Мартина Селигмана

Известный американский психолог Мартин Селигман определил 5 элементов счастья и психического благополучия.

1. Положительные эмоции

Сосредоточьтесь на позитивных моментах вашей жизни. Постарайтесь понять, что вселяет в вас оптимизм и делает счастливее. Посмотрите на свое прошлое, настоящее и будущее оптимистично.

Вместе с тем нужно различать удовлетворенность (которая приходит от удовлетворения базовых потребностей человека в еде, сне и т.д.) и удовольствие (удовлетворение ума, например, радость от достижений, удовольствие от работы и т.д.). Научите подростка сосредотачиваться на положительных эмоциях и удовлетворять свои физические и интеллектуальные потребности, чтобы обрести счастье.

2. Вовлеченность

Для ощущения счастья нужно найти занятия, в которые мы будем полностью вовлечены. Вы испытываете блаженство, когда настолько увлечены чем-то, что ничто другое не имеет для вас значения.

Находясь в таком состоянии полной вовлеченности, ребенок становится счастливее. Если он любит какой-либо вид спорта, то занимается им много часов в день. Если ему нравится рисовать или читать, он уделяет все свое свободное время этому занятию, и ничто другое в этот момент не имеет для него значения. Убедитесь, что вы поощряете своего подростка заниматься тем, что его увлекает.

3. Отношения или социальные связи

Все люди – социальные существа, и выстраивание отношений с другими людьми помогает нам в хорошие и плохие времена. Речь идет не только о взаимоотношениях с семьей и друзьями, но и со всеми остальными людьми.

Научите своего подростка устанавливать хорошие и безопасные отношения с окружающими. Жизнь – это не просто достижение целей. Последнее не должно быть в ущерб отношениям и социальным связям.

4. Смысл

Осмысленная жизнь и наличие цели дает чувство удовлетворения и счастья. Научите подростка находить смысл жизни и ставить цели, чтобы получать удовлетворение и становиться счастливее.

5. Достижения

Жизненные цели помогают нам достигать большего и испытывать из-за этого положительные эмоции. Научите подростка ставить перед собой реалистичные цели и искать пути их достижения. Его сделает счастливее не только достижение жизненных целей, но сам процесс.

От чего зависит счастье

Психологи утверждают, что счастье человека зависит от ряда факторов. Поэтому его формулу можно представить в процентном соотношении. 50 % счастья зависит от генетики – если нет предрасположенности, человек вряд ли может развить в себе способность испытывать счастье. 10 % счастья зависит от окружения и обстоятельств. Таким образом, 60 % счастья зависят от обстоятельств, которые мы не можем изменить.

Остальные 40 % счастья зависят от наших повседневных занятий. Мы можем влиять на них и менять по мере нашего развития и взросления. Объясните подростку, что он может менять свое отношение к жизни на всем ее протяжении. Для этого нужно ежедневно совершать правильные действия. Это поможет подростку оставаться оптимистом и становиться счастливее.

Воспитываем уверенного в себе ребенка.

Когда у ребенка формируется личность, родители оказываются перед важной задачей – развить его уверенность в себе. Эта черта характера ребенка свидетельствует о том, что вы правильно его воспитываете. И наоборот: если ребенок не уверен в себе, это значит, что вы допускаете ошибки. Развитие уверенности как личностного качества ребенка должно начинаться с раннего возраста. Вы должны приложить все силы, чтобы развить в ребенке уверенность и позитивное мышление.

Рассмотрим, что вам необходимо делать, чтобы этого достичь.

Советы для развития в ребенке уверенности

Прислушивайтесь к мнению ребенка

Одной из причин неуверенности ребенка в себе является то, что его мнение в семье не ценят. Если вы хотите воспитывать ребенка в позитивной атмосфере, вам следует начать прислушиваться к его мнению. Разумеется, если ребенок еще маленький, он еще не может принимать решения в семейных вопросах. Однако вам все же стоит выслушать его мнение по поводу семейных проблем. Так ребенок научится выражать свое мнение, и это вселит в него уверенность.

Позвольте ребенку учиться на собственных ошибках

Мы все извлекаем уроки из допущенных ошибок. Обязанность родителей – защитить ребенка от непоправимых ошибок. Однако родители часто бывают так озабочены этим, что всячески опекают ребенка, не позволяя ему учиться на его же ошибках. Возможность совершать и исправлять их делает ребенка независимым и уверенным в себе.

Позвольте ребенку самостоятельно принимать решения

Люди с низкой самооценкой полагаются на окружающих в принятии решений и постоянно ищут от них поддержки. Позвольте ребенку самостоятельно делать выбор и принимать решения в касающихся его вопросах. Поддерживайте ребенка во всех его решениях, чтобы он ощутил вашу поддержку и почувствовал себя в безопасности. Многие родители принимают решения за своего ребенка, считая его неспособным сделать правильный выбор.

Позвольте ребенку самостоятельно принимать решения – даже если он будет ошибаться, то сможет извлечь урок из своих ошибок. Однако вместе с тем убедитесь, что такая свобода действий не является для ребенка слишком отягощающей.

Поощряйте самостоятельность ребенка

Всегда следует поощрять проявления самостоятельности у ребенка. Например, если он хочет убрать в своей комнате или сделать что-то своими руками, предложите ему заняться этим самостоятельно, без вашей помощи. Это убедит ребенка в том, что вы верите в его способности. Это ключ к воспитанию уверенных в себе детей. Чем больше вы показываете, что верите в возможность ребенка справиться с трудностями, тем больше вероятности, что он сможет справиться с ними и развить уверенность в себе.

Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми.

Все дети разные. В мире нет двух абсолютно одинаковых детей. Даже близнецы, которые имеют одинаковую внешность, отличаются друг от друга своими характерами. Иными словами, каждый ребенок имеет уникальные особенности, поэтому будет некорректно сравнивать его с другими детьми.

В современном образованном мире люди все еще сравнивают себя и других людей – по внешнему виду, уровню образования, работе, здоровью и т. д. Когда это касается детей, можно подумать, что их оценивают по их функциям, не видя в них живых людей. Вы можете часто услышать фразы: «Чем занимается ваш ребенок?», «Что у него хорошо получается?» и т. д. Детей оценивают так, как будто покупают мобильный телефон или автомобиль.

Родители привыкли так делать, а сравнения – это часть человеческой природы. Однако подобные сравнения бесполезны, и они не должны никак влиять на ребенка.

Но взрослые привыкли сравнивать своих детей не только с чужими, но и с близкими родственниками – двоюродными братьями, сестрами и т. д. От родителей часто можно услышать разговоры о том, кто из детей выше, у кого какой цвет волос... Но, если даже вашего ребенка с кем-то сравнивают, это не должно повлиять на ваш подход к воспитанию.

Что происходит, когда вы сравниваете ребенка со сверстниками?

Сравнения отрицательно сказываются на росте и развитии ребенка. Вместе с тем, отрицательный эффект от сравнений испытывают на себе и родители.

Они начинают думать: «Мы плохие родители», «Мы недостаточно делаем для своего ребенка» и т. д.

недоверие в таких ситуациях приводит к тому, что родители начинают воспитывать детей с помощью уговоров;

неуверенность в себе, которую испытывают родители в таких ситуациях, снижает их самооценку. Впоследствии это передается и детям;

из-за сравнений портятся взаимоотношения между родителями и ребенком;

ребенок растет в негативной среде, которая может помешать его росту и развитию.

Как избежать сравнений?

Всегда напоминайте себе, что сравнения неизбежны. Общаясь с другими родителями, вы неосознанно будете сравнивать своего ребенка с другими. Но в ваших силах держать ребенка вдали от такой среды и стараться самим реже прибегать к сравнениям.

Сравнения и конкуренция – это определенный способ жизни. Не позволяйте сравнениям менять ваши привычки и способы взаимоотношений с ребенком.

Сосредоточьтесь на том, чего вы уже достигли и что у вас уже получается. Подумайте, как вам повезло, что у вас есть такой ребенок.

У каждого человека есть определенные слабости. Не переживайте по этому поводу. Вместо того, чтобы делать акцент на недостатках, подумайте, в чем ваши сильные стороны и сильные стороны вашего ребенка.

Гордитесь своим ребенком. Радуйтесь каждому моменту, который вы проводите вместе с ним.

Мы прекрасно знаем, что никто не совершенен. Но иногда от ощущения собственного несовершенства мы испытываем грусть. Все родители хотят, чтобы их ребенок был самым лучшим во всем. Но, если у вас или у вашего ребенка не будет что-то получаться, в этом нет ничего страшного. Учитесь оставаться счастливыми при любых обстоятельствах и научите этому ребенка.

Старайтесь совершенствоваться в роли родителей и лучше понимать своего ребенка.

Каждые родители придерживаются своего стиля воспитания. Поэтому не имеет никакого смысла сравнивать себя с другими родителями. Научиться воспитывать ребенка можно только на собственном опыте. Поэтому нужно воспринимать этот процесс как путешествие, а не как соревнование. Вам всегда будет недостаточно того, что вы имеете, и вы всегда будете стремиться к чему-то большему.

Сравнения – это бесконечный процесс, поэтому оставайтесь позитивными. Поймите, что вполне достаточно того, что у ребенка уже есть. Радуйтесь этому – и рано или поздно вы научитесь жить без сравнений.

Источник: <https://nsportal.ru>

Двенадцать ошибок в воспитании: как их избежать.

Дисциплина – настолько субъективное понятие, что бывает трудно определить ее рамки. Такая неопределенность приводит к тому, что родители, прививая дисциплинированность ребенку, допускают ошибки. Рассмотрим самые распространенные из них.

Воспитание – это сложная работа, которую родители выполняют, не зная наверняка, как это делать. Когда у вас появляется ребенок, вы учите его жить в этом мире и в то же время сами многому учитесь.

Многие родители чувствуют себя измученными и беспомощными, когда у них появляется ребенок. Родительство приносит как радость, так и множество проблем и изменений в образе жизни и рабочем графике.

На этом этапе родители должны избежать некоторых ошибок, чтобы воспитать ребенка самостоятельным и способным справиться с различными жизненными ситуациями.

Удобная ложь

Нельзя. Мы часто игнорируем правило, согласно которому должны делать то же, чему учим своих детей. Забывая об этом, не стоит ожидать, что дети последуют нашим советам. Дети учатся обманывать в раннем возрасте. Вам достаточно всего лишь солгать в мелочах, чтобы ребенок последовал вашему примеру. Дети улавливают самые тонкие нюансы лжи.

Рассказы о несуществующих монстрах, ложь о том, почему ребенок пропустил школу и почему вы не пошли в гости к друзьям, сокрытие каких-либо фактов от супруга – все это типичные ситуации, когда ребенок воспринимает ложь. Взрослые называют это оправданиями, однако дети воспринимают это как ложь. Взрослые могут отличать правду от лжи, но для ребенка это трудно. Постоянное использование оправданной лжи тоже учит ребенка лгать.

Необходимо. Осторожно относиться к использованию лжи в повседневной жизни. Ваша задача – показать ребенку хороший пример для подражания. Если вы этого не сделаете, вся ваша работа по его воспитанию будет неэффективной. Вместо того чтобы лгать в присутствии ребенка постарайтесь исправить ситуацию. Объясните ребенку свое поведение, чтобы он смог его понять и посочувствовать вам. Это даст и вам, и ребенку возможность честно поговорить и построить крепкие взаимоотношения. Открытое общение – это хороший способ объяснить свою точку зрения.

Пустые угрозы

Нельзя. «Перестань расплескивать суп на стол, или я тебе покажу!». Угрозы и шантаж распространены во многих семьях. Заставить ребенка выполнить домашние обязанности (убирать в комнате, складывать игрушки, одежду и книги на свои места, учить уроки, вовремя принимать пищу и т.д.) является для родителей непростой задачей. Поэтому они часто угрожают ребенку последствиями за невыполнение этих обязанностей. Они говорят, что не разрешат ребенку смотреть телевизор, играть в компьютерные игры, пользоваться мобильным телефоном, гулять и т.д.

К сожалению, родители редко приводят свои угрозы в действие, и дети перестают воспринимать их всерьез. Дети не понимают важность родительских указаний, а угрозы в их понимании превращаются в пустые слова.

Необходимо. В таких ситуациях важно, чтобы ваши слова совпадали с действиями. Родители не любят играть роль «плохого полицейского», но иногда необходимо прививать ребенку дисциплину. Если ребенок слышит только угрозы или предупреждения, он понимает, что у него есть второй, третий шанс и т.д. Например, если вы говорите: «Или ты идешь обедать, или я выключу телевизор», он, вероятно, не услышит вас, пока вы не выключите телевизор. Вместо этого вы можете напомнить ребенку о последствиях, которые наступили в прошлый раз, например: «Помнишь, что случилось вчера, когда ты не пошел ужинать?». Такие напоминания помогают дисциплинировать ребенка, а также делают ваши предупреждения весомыми для ребенка. Когда ребенок четко поймет правила, которые вы ему озвучиваете, вам не будет нужно напоминать ему их или угрожать.

Материальные поощрения

Нельзя. Поощрения – хороший способ дисциплинировать ребенка. Система вознаграждений помогает ребенку сформировать хорошую модель поведения. Однако есть большая вероятность того, что эта система превратится в подкуп. Неправильная мотивация приводит к тому, что ребенок на первое место ставит свои эгоистичные мотивы. Когда вы говорите ребенку, например: «Если ты убережешь свою комнату, после этого можешь пойти погулять с друзьями», ваша мотивация превращается в подкуп.

Необходимо. Помогите ребенку понять, что мотивация должна исходить изнутри. Если вы честно объясните ребенку последствия за невыполнение обязанностей, это поможет ему понять серьезность ситуации. Например, вы можете объяснить ему, что если он не будет готовиться к экзаменам, то будет получать плохие оценки и может остаться на второй год. Если ребенок не будет убирать в комнате, он будет тратить много времени на то, чтобы найти нужные вещи, или в комнате могут завестись вредные насекомые.

Постарайтесь, чтобы этот разговор проходил в форме диалога, а не нравоучения. Когда ребенок имеет возможность высказать свою точку зрения, он с большей вероятностью сделает выводы из этого разговора. Кроме того, диалог поможет ребенку лучше понять вас.

Нарушение собственных правил

Нельзя. Простые правила обычно даются труднее всего. Например, многие родители учат детей чистить зубы дважды в день. Но сколько из них сами придерживаются этого правила? Дети скорее последуют негативному примеру родителей, чем положительному. Это касается и простых правил, которым мы учим своих детей: выключать свет, выходя из комнаты, мыть руки перед едой, говорить «спасибо» и «пожалуйста», делиться своими вещами и т. д.

Эти правила – основа дисциплины, но, если вы сами их не соблюдаете, ребенок также будет в них сомневаться.

Необходимо. Первое правило при установлении правил – соблюдать их самим. Родители являются примером подражания для ребенка. Следовательно, ребенок будет учиться у вас, в том числе и дисциплине. Придерживайтесь правил, которые вы устанавливаете для ребенка. Показывайте ему хороший пример и объясните важность таких действий. Вместе мойте руки перед едой, чистите зубы на ночь, мягко напоминайте ребенку, чтобы он выключал свет или говорил «спасибо» или «пожалуйста». Ваша компания поможет ребенку усвоить правила дисциплины.

Слишком долгое ожидание

Нельзя. Иногда мы слишком долго ждем, пока ребенок начнет следовать какому-либо правилу. Мы не обращаем внимания на непослушание ребенка, ожидая, что рано или поздно он послушается. Например, родители обычно слишком долго ждут, чтобы ребенок помыл обувь после прогулки. Родители обычно откладывают наказание за плохое поведение слишком долго.

Необходимо. Ребенок воспринимает ваши правила несерьезно и игнорирует их. Сообщите ребенку о последствиях: «Если ты не помоешь обувь, тебе придется завтра идти в школу в грязных туфлях». Так он лучше поймет необходимость выполнять ту или иную работу. Понимая реальные последствия, он становится более ответственным.

Длинные нравоучения

Нельзя. Это самая распространенная ошибка, которую допускают родители. Длинные нравоучения и указания, как ребенок должен поступать в тех или иных ситуациях, могут испортить ваши с ним отношения. Представьте на минуту, как скучно и бессмысленно раз за разом слушать то, что вы и так знаете. Вы можете это понять, ведь и сами часто сталкиваетесь с такими ситуациями на работе.

Как взрослые не любят слушать длинные монологи с указаниями, так и дети перестают их слушать где-то после третьего предложения.

Необходимо. Вместо нравоучений следует обсудить правила с ребенком. При этом важно говорить по сути. Вспоминая различные случаи плохого поведения ребенка, которые происходили в прошлом, вы можете заставить его думать, что вы его не цените. Кроме того, длинные нравоучения приводят к тому, что ребенок упускает из виду то, что вы хотите донести до него. Поэтому лучше использовать диалог для объяснения правил. Спросите его о причинах его поведения. Дайте ему возможность объяснить свой поступок и поговорите с ним о том, как исправить ситуацию. Чем больше вы позволяете ребенку чувствовать, что он может повлиять на ситуацию, тем более ответственным он становится.

Воспитание с гневом

Нельзя. Гнев – это ваш злейший враг, потому что он мешает вам здраво мыслить. Гнев, направленный на детей, – самая худшая ошибка, которую родители могут допустить в процессе воспитания. В порыве гнева вы можете сказать ребенку то, о чем впоследствии пожалеете. Кроме того, вы можете выместить свой гнев на ребенке тогда, когда он не виноват в сложившейся ситуации.

Гнев, который вы проявляете в воспитании ребенка, может иметь долгосрочные последствия. Это приводит к недоверию ребенка по отношению к вам.

Необходимо. Родители должны оказывать поддержку своему ребенку. Это помогает ему преодолевать препятствия на протяжении всей жизни. Поэтому, чтобы избежать необдуманных поступков, сначала успокойтесь, приведите свои мысли в порядок, а затем спокойно объясните свою точку зрения. Например, если ребенок плохо написал контрольную работу, не нужно его отчитывать в присутствии учителя или одноклассников. Можно поговорить с ним по возвращении домой. Важно, чтобы вы помогли ребенку найти решение проблемы, а затем помочь ему достичь желаемого результата.

Воспитание без уважения

Нельзя. Легче требовать уважения к себе, чем проявлять его по отношению к другим. Родители ожидают и требуют уважения детей к себе и старшим. При этом сами они допускают неуважительное обращение с ребенком. Унижая ребенка в присутствии других, используя грубые слова, вы только учите его неуважительному поведению. Если вы обнаружите, что ваш ребенок ведет себя грубо или неуважительно, следует вмешаться и понять причины такого поведения.

Необходимо. Вместо того чтобы сразу кричать на ребенка в присутствии окружающих, возьмите паузу. Уведите его подальше от толпы, а затем с глазу на глаз поговорите о том, что случилось. Относитесь к своему ребенку как к взрослому и постарайтесь разобраться в ситуации как со взрослым. Важно при этом понять, что вам хочет сказать ваш ребенок. Отрицание точки зрения ребенка только усугубит проблему и приведет к его неправильному поведению.

Отрицательные указания

Нельзя. «Не смотри телевизор», «не ешь руками», «не трогай руками растения», «не ходи на улицу» – список таких указаний может быть бесконечным. Когда ребенок постоянно слышит, что ему нельзя, он начинает задумываться: а что же ему можно. Это его расстраивает.

Когда вы постоянно запрещаете ребенку что-либо, он видит в вас преграду для своих действий. И он еще сильнее хочет нарушить ваш запрет. Все это приводит к классической проблеме родителей и детей.

Необходимо. Придерживайтесь позитивного подхода в воспитании ребенка: объясняйте ему, как поступать правильно. Позитивный взгляд на плохое поведение ребенка дает понять, как ему нужно вести себя в тех или иных ситуациях. Замените все ваши запреты положительными альтернативами: для каждого «нельзя» должно быть «что можно сделать вместо этого». Например, вместо утверждения: «Не смотри телевизор» можно предложить: «Поиграй на улице» или «Помоги мне приготовить ужин». Когда вы показываете ребенку альтернативы, он учится принимать правильные решения и сотрудничать с вами.

Наказание и воспитание

Нельзя. Подчиненные не любят начальников, которые не ценят их или наказывают. Начальник может считать, что жесткая дисциплина приводит к хорошим результатам, но подчиненные могут начать искать новую работу. Точно так же наказания ребенка не всегда приводят к дисциплине. Наказание – это не метод воспитания, а ответное действие на поведение ребенка. Наказание означает, что ребенок не соблюдает границы или не соответствует вашим ожиданиям.

Необходимо. Если вы применяете наказания, чтобы помочь детям регулировать свое поведение, лучше найти для этого другой способ. Наказания ничему не учат ребенка. Вместо этого обсуждайте с ним возможные способы решения проблемы. Если ребенок проявляет плохое поведение, предложите ему хорошую альтернативу, чтобы он понял разницу.

Отсутствие правил

Нельзя. Бывают случаи, когда родители не устанавливают детям никаких правил. И взрослые, и дети ведут себя так, как им заблагорассудится. В таких ситуациях возможны два варианта: ребенок вырастает безо всяких моральных принципов или сам формирует для себя правила, основываясь на последствиях. Второй вариант встречается редко, поэтому для детей крайне важно видеть определенные границы.

Необходимо. Воспитание необходимо, чтобы вырастить ребенка ответственным, счастливым и способным к самоконтролю. Многие родители не устанавливают для ребенка никаких правил, и это вызывает трудности в воспитании. Требуйте от ребенка такой же дисциплины, какой бы вы требовали и от взрослого. Это поможет вам заставить ребенка придерживаться правил.

Одно решение для всех случаев

Нельзя. Воспитывая старшего ребенка и видя хорошие результаты, родители полагают, что теми же самыми методами они смогут воспитать и младшего. Однако старые методы во второй раз могут и не подойти.

Необходимо. Каждая проблема должна иметь свое уникальное решение. Одному ребенку достаточно объяснения на словах, другому необходимо увидеть последствия. Вам нужно понять, что каждый ребенок уникален и имеет свой особый темперамент и набор эмоций. Понимание разницы между характерами ваших детей важно для того, чтобы найти правильные методы их воспитания.

На пути воспитания детей родители сталкиваются со многими трудностями и со многими вознаграждениями. И дети, и родители постоянно учатся и узнают что-то новое.

Обучение ребенка хорошему поведению – скорее, командная работа, чем индивидуальная. В этом вам помогут терпение, любовь, уверенность в себе и позитивный настрой.

Источник: <https://nsportal.ru>

Методика Кроуна-Марлоу

«Шкала социальной желательности».

Инструкция для старшеклассников:

«Внимательно прочитайте каждое из приведенных ниже суждений. Если вы считаете, что оно верно и соответствует особенностям вашего поведения, то напишите «да», если же оно неверно, то – «нет»

Содержание теста

1. Я внимательно читаю каждую книгу, прежде чем вернуть её в библиотеку.
2. Я не испытываю колебаний, когда кому-нибудь нужно помочь в беде.
3. Я всегда внимательно слежу за тем, как я одет.
4. Дома я веду себя за столом так же, как и в столовой.
5. Я никогда ни к кому не испытываю антипатии.
6. Был случай, когда я бросил что-то делать, потому что не был уверен в своих силах.
7. Иногда я люблю позлословить об отсутствующих.
8. Я всегда внимательно слушаю собеседника, кто бы он ни был.
9. Был случай, когда я придумал вескую причину, чтобы оправдаться.
10. Случалось, я пользовался оплошностью человека.
11. Я всегда охотно признаю свои ошибки.
12. Иногда, вместо того чтобы простить человека, я стараюсь отплатить ему тем же.
13. Были случаи, когда я настаивал на том, чтобы делали, по-моему.
14. У меня не возникает внутреннего протеста, когда меня просят оказать услугу.
15. У меня никогда не возникает досады, когда высказывают мнение, противоположное моему.
16. Перед длительной поездкой я всегда тщательно продумываю, что взять с собой.
17. Были случаи, когда я завидовал удаче других.
18. Иногда меня раздражают люди, которые обращаются ко мне с вопросами.
19. Когда у людей неприятности, я иногда думаю, что они получили по заслугам.
20. Я никогда с улыбкой не говорил неприятных вещей.

Ключ для обработки результатов:

За каждый ответ, совпадающий с ключом, начисляется 1 балл.

Ответы «Да» - на вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 14, 15, 16, 20.

Ответы «Нет» - на вопросы 6, 7, 9, 10, 12, 13, 17, 18, 19.

Общий итоговый показатель «мотивации одобрения» по шкале получают суммированием всех «работающих» вопросов.

Интерпретация: Чем выше итоговый показатель, тем выше мотивация одобрения и тем, следовательно, выше готовность человека представить себя перед другими как полностью соответствующего социальным нормам. Низкие показатели могут свидетельствовать как о неприятии традиционных норм, так и об излишней требовательности к себе.

Источник: <https://nsportal.ru>