

РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

АБЕТКА ПОРАД БАТЬКАМ

- А — аналізуйте, що дитина дивиться по телевізору чи в Інтернеті.
- Б — будьте толерантними під час розмови з дитиною.
- В — вас запитують — уважно слухайте, давайте відповіді.
- Г — говоріть із дитиною у зрозумілій, прийнятній для неї формі.
- Д — дивіться телевізор, читайте журнали разом із вашою дитиною.
- Е — економте свій час і сили на вмовляння дитини прочитати якусь книжку чи подивитися певну передачу; напевно, їй це ще зарано — на все свій час.
- Є — єдність поглядів, оцінок батьків у тому, що дивиться, читає, у що грається дитина на комп'ютері.
- Ж — життя дитини не має обмежуватися телевізором, комп'ютером чи плеєром.
- З — з розумінням ставтеся до телепрограм, які обирає дитина, зважайте на її вік, інтереси тощо.
- І — ігри на комп'ютері замініть рухливими іграми надворі.
- К — купуйте дитині тільки необхідне, не потурайте їй забаганкам.
- Л — любіть ваших дітей та приділяйте їм більше уваги.
- М — мистецтво — це не лише телебачення, преса та Інтернет.
- Н — не кажіть дитині: «Тобі ще рано це дивитися», — просто перемкніть канал на ту програму, яку можна дивитися разом із нею.
- О — обговорюйте з дитиною побачене по телевізору.
- П — поважайте думки дитини.
- Р — радійте та сумуйте разом із дитиною в повсякденному житті, коли дивитися чи обговорюєте телепередачу або книжку.
- С — стежте за своєю поведінкою, бо діти наслідують вас.
- Т — творчий потенціал дитини розвивайте.
- У — успіх у вихованні залежить від здорової атмосфери в родині.
- Ф — фарби та палітра кольорів у вашому житті нехай завжди сяє лише веселими барвами.
- Х — хай завжди дитина відчуває ваш інтерес до себе.
- Ц — цікавтеся друзями дитини: запрошуйте їх до себе в гості, дізнавайтеся і про їхні захоплення, погляди на життя, про те, що вони читають, тощо.
- Ч — частіше допомагайте дитині виконувати доручену справу, але не виконуйте її за дитину.
- Ш — шум — це ворог здоров'я дитини.
- Щ — щастя і радість дітей — у ваших руках.
- Ю — юнацький вік — це найкращий період у житті дитини.
- Я — якщо хочете, щоб ваша дитина була ввічливою, порядною, люб'язною, правдивою, ставилася до всіх із любов'ю, дотримуйтеся самі цих порад.

РЕКОМЕНДАЦІЇ БАТЬКАМ ЩОДО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ

1. Повірте в неповторність своєї дитини, у те, що вона — єдина, унікальна, несхожа на жодну іншу і не є вашою точною копією. Тому не варто вимагати від неї реалізації заданої вами життєвої програми і досягнення поставленої вами мети. Дайте їй право прожити власне життя.
2. Дозвольте дитині бути собою, зі своїми вадами, вразливими місцями та чеснотами. Приймайте її такою, якою вона є. Наголошуйте на її сильних властивостях.
3. Не соромтеся проявляти свою любов до дитини, дайте їй зрозуміти, що любитимете її за будь-яких обставин.
4. Не забувайте про тактильний контакт. Не бійтеся «залюбити» своє маля: саджайте його собі на коліна, дивіться йому в очі, обіймайте та цілуйте, коли воно того бажає.
5. Обираючи знаряддя виховного впливу, удавайтеся здебільшого до ласки і заохочення, а не до покарання й осуду.
6. Намагайтеся, щоб ваша любов не перетворилася на вседозволеність і бездоглядність. Установіть чіткі межі дозволеного (бажано, щоб заборон було небагато, лише найголовніші) і дозвольте дитині вільно діяти в цих межах. Неухильно дотримуйтеся встановлених вами заборон і дозволів.
7. Ніколи не давайте дитині особистих негативних оцінок: «Ти поганий»; «Ти брехливий»; «Ти злий». Оцінювати треба лише вчинок. Треба казати: «Твій вчинок поганий, але ж ти хороший і розумний хлопчик (дівчинка), надалі ти не повинен так робити».
8. Намагайтеся впливати на дитину проханням — це найефективніший спосіб давати їй інструкції. Якщо прохання не виконується, треба переконатися, що воно відповідає вікові та можливостям дитини. Лише тоді можна вдаватися до прямих інструкцій, наказів, що буде досить ефективним для дитини, яка звикла реагувати на прохання батьків. І лише в разі відвертого непослуху батьки можуть думати про покарання. Покарання має відповідати вчинку, а дитина повинна зрозуміти, за що її покарали. Батьки самі вирішують, як покарати, але варто пам'ятати про те, що фізичне покарання — це найтяжчий за своїми наслідками засіб покарання. Дитина повинна боятися не покарання, а того, що вона може прикро вразити вас. Покараний — пробачений. Сторінку перегорнуто. І про старі гріхи жодного слова! Дитина не повинна сприймати покарання як перевагу вашої сили над її слабкістю, як приниження.
9. Не забувайте, що шлях до дитячого серця лежить через гру. Саме у процесі гри ви зможете передати необхідні знання, навички, поняття про життєві правила і цінності, зможете краще зрозуміти одне одного.
10. Частіше розмовляйте з дитиною, пояснюйте їй незрозумілі явища, ситуації, сутність заборон й обмежень. Допоможіть їй навчитися висловлювати свої бажання, почуття і переживання, тлумачити свою поведінку та інших людей.
11. Нехай не буде жодного дня без прочитаної разом книжки — день варто завершувати читанням доброї, розумної книжки.

12. Розмовляйте з дитиною, розвивайте її мовлення. Щодня цікавтеся її справами, проблемами, переживаннями, досягненнями.

13. Дозволяйте дитині малювати, розфарбовувати, вирізати, наклеювати, ліпити, працювати з конструктором. Заохочуйте її до цього, створюйте умови.

14. Відвідайте разом театри, музеї (спочатку достатньо одного залу, щоб запобігати втомі, а згодом поступово, за кілька разів слід оглянути всю експозицію), організуйте сімейні екскурсії, знайомлячи дитину з населеним пунктом, де ви мешкаєте.

15. Привчайте дітей до самообслуговування, формуйте трудові навички та любов до праці (підтримуйте ініціативу й бажання допомагати вам).

16. Не робіть із дитини лише споживача, хай вона буде рівноправним членом сім'ї зі своїми правами й обов'язками.

17. Пам'ятайте! Діти не повинні реалізовувати те, що не склалося у вас.

ПАМ'ЯТКА БАТЬКАМ ПРО ПРАВИЛА СПІЛКУВАННЯ З ДІТЬМИ

1. Умійте вислухати дитину завжди і всюди, не відмахуйтеся від неї, проявляйте терпіння і такт.

2. Розмовляйте з дитиною так, як ви хотіли б, щоб розмовляли з вами. Проявляйте повагу, м'якість, уникайте грубості та будьте терплячими.

3. Досягти успіху можна лише тоді, коли ви є прикладом для позитивного наслідування щодня.

4. Визнавайте свої помилки, не соромтеся просити вибачення за неправильні вчинки і дії, будьте справедливими в оцінюванні себе та інших.

5. Зберігайте надію дитини на виправлення. Пам'ятайте:

- покаранням ви можете зашкодити фізичному і психічному здоров'ю дитини;
- не приймайте рішення зопалу, будьте стриманими;
- праця не може бути покаранням;
- завжди будьте справедливими;
- не карайте із запізненням або для профілактики.

6. За жодних умов не принижуйте гідність дитини.

7. За кожен негарний учинок застосовуйте лише одне покарання.

8. Якщо є сумніви щодо справедливості обвинувачень, поговоріть із дитиною, але не карайте.

9. Малюк повинен боятися не вашого гніву і подальших дій, а того, що він завдасть комусь болю своїми словами, діями, учинками.

ПОРАДИ ПСИХОЛОГА: ДЕСЯТЬ ЗАПОВІДЕЙ БАТЬКАМ

1. Не навчайте того, із чим ви самі необізнані. Щоб правильно виховувати, треба знати вікові й індивідуальні особливості дитини.

2. Не сприймайте дитину як власність, не ростіть її для себе.

3. Довіряйте дитині. Залишайте за нею право на власні помилки, тоді дитина оволодіє вмінням їх самостійно виправляти.

4. Не ставтеся до дитини зневажливо. Дитина повинна бути впевнена у своїх силах, тоді з неї виросте відповідальна особистість.
5. Будьте терплячими. Ваша нетерплячість — це ознака слабкості, показ вашої невпевненості в собі.
6. Будьте послідовними у своїх вимогах, але пам'ятайте: твердість лінії у вихованні досягається не покаранням, а стабільністю обов'язкових для виконання правил, спокійним тоном спілкування, неквапливістю і послідовністю.
7. Учть дитину самостійно приймати рішення і відповідати за них.
8. Замініть форму вимоги: «Роби, якщо я наказав!» на іншу: «Зроби, тому що не зробити цього не можна, це корисно для тебе і твоїх близьких».
9. Оцінюючи дитину, кажіть їй не лише про те, чим ви невдоволені, а й про те, що вас радує. Не порівнюйте її із сусідською дитиною, однокласниками, друзями. Порівнюйте, якою вона була вчора і якою є сьогодні. Це допоможе вам швидше набути батьківської мудрості.
10. Ніколи не кажіть, що у вас немає часу виховувати свою дитину, бо це означатиме: мені ніколи її любити.

Завжди пам'ятайте! Ми виховуємо дітей власним прикладом, системою власних цінностей, звичним тоном спілкування, ставленням до праці і дозвілля.

ЗОЛОТІ ПРАВИЛА ВИХОВАННЯ В СІМ'І

1. Повага до індивідуальності дитини (урахування бажань, інтересів, потреб), її самостійності, допомога в пошуку шляхів виходу зі складних ситуацій.
2. Формування системи цінностей та збереження емоційного комфорту в сім'ї.
3. Підвищення психологічної освіти батьків, набуття знань, урахування індивідуальних і вікових особливостей дитини.
4. Забезпечення тісного взаємозв'язку і взаємодії зі школою та іншими дитячими колективами. Лише дружні, відкриті відносини дитини з батьками, взаємодопомога, турбота й увага забезпечать гарні відносини в сім'ї, бажаний результат виховання.

ЗАПОВІДІ БАТЬКАМ

- Якщо дитину часто критикують — вона вчиться засуджувати людей.
- Якщо дитині часто демонструють ворожість — вона вчиться битися.
- Якщо дитину часто висміюють — вона вчиться бути несміливою.
- Якщо дитину часто ганьблять - вона вчиться бути винною.
- Якщо дитину часто підбадьорюють — вона вчиться бути впевненою в собі.
- Якщо до дитини ставляться поблажливо - вона вчиться бути терплячою.
- Якщо дитину часто хвалять — вона вчиться оцінювати.
- Якщо з дитиною здебільшого відверті — вона вчиться справедливості.
- Якщо дитина перебуває в атмосфері дружби і розуміння - вона вчиться знаходити любов у світі.

ДИТЯЧІ ЗАПОВІДІ ДЛЯ МАМ, ТАТУСІВ, БАБУСЬ ТА ДІДУСІВ

1. Дорогі дорослі, пам'ятайте про те, що ви самі «запросили» мене у свою родину. Колись я залишу батьківську оселю, але до того часу навчіть мене мистецтва бути людиною.
2. У моїх очах світ має інший вигляд, ніж у ваших. Поясніть мені, що, коли і чому кожен із нас у ньому повинен робити.
3. Мої ручки ще маленькі — не очікуйте від мене досконалості, коли я застеляю ліжко, малюю, пишу або кидаю м'яч.
4. Мої почуття ще незрілі — прошу, будьте чуйними до моїх потреб. Не нарікайте на мене постійно.
5. Щоб розвиватися, мені потрібна ваша увага і підтримка. Лагідно критикуйте й оцінюйте, але тільки мої вчинки.
6. Дайте мені трохи самостійності, дозвольте припускатися помилок, щоб я вчився на них. Тоді я зможу самостійно приймати рішення в дорослому житті.
7. Прошу, не робіть усього за мене, бо я виросту переконаним у своїй неспроможності виконувати завдання.
8. Я вчуся у вас усього: слів, інтонацій, голосу, манери рухатися. Ваші слова, почуття і вчинки повертатимуться до вас через мене. Так справедливо влаштувала природа зв'язок між поколіннями. Тому навчіть мене, будь ласка, найкращого. Пам'ятайте про те, що ми разом не випадково: ми маємо допомагати одне одному в цьому безмежному світі.
9. Я хочу відчувати вашу любов, хочу, щоб ви частіше брали мене на руки, пригортали, цілували. Але будьте уважними, щоб ваша любов не перетворилася на милиці, що заважатимуть мені робити самостійні кроки.