

«ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА» ВОСПИТАНИЯ СЧАСТЛИВЫХ ДЕТЕЙ

(для родителей)

Стимулируйте интеллект ребенка

Развитие интеллекта ребенка можно как ускорить, так и замедлить с помощью стимулирующей среды. Серьезные научные эксперименты убеждают нас, что если родители специально организуют деятельность ребенка, то тем самым они создают благоприятные условия для стимуляции возникновения многих нейронных связей в коре головного мозга.

Создавая стимулирующую среду, можно повысить коэффициент умственного развития на двадцать пять – тридцать единиц. И напротив, понизить его до пятидесяти единиц, если с самого рождения ребенок будет расти в однообразной, угрюмой обстановке.

Таким образом, создание или отсутствие соответствующей деятельности и окружения способно прибавить или отнять 75 – 80 единиц интеллектуального развития.

Самое важное здесь – не упустить время, потому что в раннем возрасте есть определенные периоды, когда мозг ребенка наиболее восприимчив к стимуляции развития тех или иных качеств и навыков. Если это время упустить, то позже будет гораздо труднее их усвоить. Поскольку родители обладают огромными возможностями для создания необходимой обстановки, для организации развития ребенка, то им и принадлежит решающая и ведущая роль в повышении его интеллектуального уровня, при условии что они знают, что и когда им делать.

Формируйте правильную самооценку ребенка

Важнейшая характеристика каждой человеческой личности – ее самооценка.

Свой собственный образ, закрепленный в нашем сознании, будет определять любое решение, которое придется принимать в жизни. В громадной степени он будет влиять на все личные несчастья и удачи. Он будет отражаться на служебных успехах, на выборе невесты или жениха, на умении находить и сохранять друзей, даже на способности любить. Высокая самооценка дает ребенку смелость идти на риск, исследовать неизведанное, браться за что-то новое, иногда терпеть неудачи, но в конце концов побеждать.

Уметь принимать детей такими, какие они есть, любить их, очень важно – и все же недостаточно. Говорить детям о том, как вы их любите, какие они замечательные, слишком мало для формирования у них высокой самооценки.

Нужно, чтобы ценность личности измерялась какими-то реальными успешными делами. Для этого надо, чтобы ребенок умел что-то делать, отличался какими-то способностями или навыками, которые помогли бы ему заслужить признание и одобрение окружающих. Каждый ребенок должен преодолеть свои трудности, справиться с ними. Родители могут их предвидеть и сделать так, чтобы у детей появились возможности, способности и силы влиять на свое окружение, на ход событий, одерживать победы. Надо, чтобы дети обязательно знали, что они не беспомощные существа и от них самих многое зависит.

Для этого научите ребенка быть компетентным, выделяться в избранных им видах деятельности, делать какое-то дело лучше, чем большинство сверстников. И еще: у каждого юного человека должен быть близкий друг – хороший человек, который его любит. Родители могут сделать очень многое для того, чтобы укрепить эту дружбу.

Следует помнить, что высокой самооценке способствует успешная работа, приносящая заработок, а также участие в принятии решений и понимание ответственности за свои дела и поступки.

Научите ребенка общаться

Благополучное будущее наших детей в немалой степени зависит от их способности правильно общаться с окружающими. Их истинная человеческая сущность проявляется в том, насколько они умеют сотрудничать и взаимодействовать с другими людьми.

Условия, которые способствуют воспитанию ребенка с хорошими социальными навыками.

- а) истинная, глубокая любовь, дающая ребенку ощущение полной защищенности;
- б) открытость всем людям;
- в) внешняя привлекательность в одежде, манерах, но без чрезмерностей, что может отдалить от окружающих;
- г) постоянная возможность у детей наблюдать примеры правильного социального поведения родителей, сверстников, друзей, гостей;
- д) достаточно высокая самооценка, которая порождает у ребенка уверенность, что он достоин дружбы;
- е) средний уровень развития речевых навыков, что способствует облегчению общения, умению поддержать разговор.

Контролируйте просмотр телепередач, чтобы дети не стали «телеманами»

Излишнее пристрастие к телевизору может помешать интеллектуальному и социальному развитию детей. Практика дает тысячи примеров того, что телевизор, как злой волшебник, способен красть дни, недели и годы жизни детей. По социологическим данным, дошкольник проводит перед телевизором в среднем 50 часов в неделю. Это означает, что к моменту поступления в школу он потратит на это больше времени, чем студент на учебу в колледже за 4 года.

Неограниченный просмотр телепередач может существенно замедлить развитие левого полушария у дошкольников, которое определяет развитие речи, а это значит, что у таких детей в будущем возникнут трудности в общении. Дети – «телеманы» могут отставать в эмоциональном развитии. Их действия будут определяться в основном сиюминутными порывами в ущерб обдумыванию или обсуждению с другими лицами.

Воспитайте у ребенка ответственность, совесть, честность

Многие научные исследования подтверждают, что воспитание совести и нравственности требует постоянных дополнительных объяснений со стороны родителей на тему: «Что такое хорошо и что такое плохо?». Но этого недостаточно, необходимо закреплять навыки хорошего поведения и наказывать за серьезные проступки. Это требует и от самих родителей примеров достойного, ответственного поведения.

Если дети вас любят, восхищаются вами – они станут вам подражать и, скорее всего, став взрослыми, унаследуют ваши нравственные ценности.

Однако есть доказательства, что у очень незначительного количества детей может быть деформированная совесть, что объясняется врожденными отклонениями от нормы. Но даже этим детям можно обеспечить правильное воспитание в хорошей семье и при благоприятном окружении, особенно в критические периоды. Такие дети не слышат голоса совести, но те не менее способны понять правила разумного поведения и придерживаться их.

Родители могут сделать очень многое, чтобы помочь детям обрести совесть, усвоить нравственные понятия. Это надо закрепить в младшем возрасте, пока дети не достигли бурной подростковой стадии, когда их стремления и привязанности переместятся от родителей к сверстникам.

Научите ребенка выражать любовь, проявлять свои чувства и правильно относиться к сексу

До того как к человеку придет настоящее чувство, он уже должен испытать, что такое любовь. Самый простой способ вырастить ласковых, любящих детей – окружить их заботой и нежностью с самого детства. Дети обязательно должны видеть, как мама и папа целуют и обнимают друг друга при встрече и уходя из дому или в какой-то другой подходящий момент. Это должно быть частью семейного ритуала.

Опыт позволяет утверждать, что сексуальная совместимость зависит не только от познаний в области анатомии, технологии секса и количества позиций. В эту сложную область взаимоотношений между мужчиной и женщиной входят и предупредительность, и внимание друг к другу, и нежность, и понимание, и равноправие в отношениях. Дети должны понять и ощущать всю полноту любовных отношений. Если вы ограничиваетесь тем, чему учат детей на занятиях по

половому прсвещению в школе, значит, вы оказываете детям плохую услугу. Им обязательно надо узнать о нравственных ценностях любви, о значении ответственности перед любимым человеком, о готовности все для него сделать. А научить этому могут только любящие родители.

Живете в хорошем районе

Помните: выбирать себе нужно не только новый дом, но и обязательно и соседей; ближайшее окружение со своим жизненным укладом – та культурная почва, на которой будут «произростать» ваши дети. Чем старше они будут становится, тем сильнее будет влияние окружения, которое может оказаться решающим. Дом, как известно, можно перекрасить или перестроить, но характер окружения одному не изменить. И сравнительно высокий уровень жизни обитателей квартала еще не означает, что здесь здоровая обстановка для детей. Вы обязательно должны навести негласные справки, не поленитесь сделать это заранее, до того, как купите дом.

Внимательно присмотритесь к школам. Они тоже могут сыграть решающую роль в приобщении ваших детей к той или иной культуре, в выборе друзей и приятелей. Они могут оказаться и хорошими, и плохими. В каждом районе есть сильные и слабые, с плохой репутацией школы. От последних бегите, как от чумы.

Не игнорируйте такое понятие, как «качество жизни» (темп, настрой, духовность, культура), что находит свое отражение в трудноуловимом, но реально существующем общественном сознании. Это понятие определяет нравственные ценности, этику труда, интеллектуальный и эмоциональный уровень людей, призванных руководить данным социумом с характерным для него моральным климатом. Это та сфера, в которую вы, родители, можете внести свою лепту во благо ребенка.

Установите разумные правила работы и поведения в рамках четкой дисциплины

Судя по многочисленным научным данным, дети с чувством собственного достоинства, высокой самооценкой, многое знающие и умеющие, были воспитаны в семьях, где к ним предъявляли высокие требования, где им приходилось «ходить по струнке». В этих семьях ведущая роль принадлежит родителям, которые имеют свои убеждения и хорошо знают, что необходимо и полезно их детям, что им понадобится в жизни. Это значит, что родители умели устанавливать необходимый в семье порядок, организовывать целесообразную деятельность детей, требовать дисциплинированного поведения.

Вместе с тем нельзя не отметить, что дети одних и тех же родителей отличаются по характеру и темпераменту. Одни принимают любой вызов и мгновенно бросаются вперед. Другие не спешат и ждут «палки», чтобы сдвинуться с места. Подходите к этой проблеме с точки зрения лидерства, вашего собственного. Закрепление положительного опыта творит чудеса в мотивации детей, побуждая их к новой деятельности и успеху. В большинстве случаев положительный опыт эффективнее любого наказания.

Помните, что ответственными, знающими и умеющими дети становятся постепенно, это процесс, занимающий долгие годы.

Обеспечьте своего ребенка знаниями и умениями

Изучение людей, которые отличались устойчивостью к стрессам, многое знали и умели, показало, что уже с самого младшего возраста они были деятелями. Поэтому родителям стоит обдумать, как поощрять стремление детей заняться чем-то новым, как увлечь их разнообразной деятельностью. Вы в определенной мере можете спроектировать будущий жизненный успех своего ребенка. Позаботьтесь, чтобы они без принуждения, охотно учились кататься на лыжах, коньках, играть в мяч, ухаживать за садом, зарабатывать деньги и т. п. Заполните их жизнь посильными трудностями, преодоление которых приведет к успеху. Успех станет постоянным спутником их жизни. Они научатся не сдаваться.

Как известно мозг человека, как и отпечатки пальцев, отличается уникальностью и неповторимостью, поэтому каждый ваш ребенок будет отмечен врожденными природными склонностями. А это значит, что вам придется учитывать его индивидуальные слабые и сильные стороны, а не стараться сделать из двух сыновей футбольных звезд или из обеих дочерей –

чемпионку по теннису. Каковы бы не были способности, всячески помогите развить их. Здесь важно вот что: начать развивать способности, пробовать силы в раннем возрасте, чтобы приучить его к постоянной деятельности, ведущей к успеху. Но все это должно быть радостью, игрой, забавой, а не тяжелой повинностью.

**Воспитайте самостоятельность и независимость:
не делайте за детей то, что они могут сделать сами**

Наша конечная цель в воспитании детей-«победителей» заключается в том, чтобы подготовить их к тому периоду жизни, когда они оставят отчий дом, выйдут из-под опеки родителей и заживут самостоятельно – сошьют счастливое семейное гнездо в собственном доме. Поэтому родители постоянно заботятся о создании ситуаций, которое дают детям возможность проявить ответственность на деле, испытать себя в трудностях. Дети не приучатся к самостоятельности, если им негде испробовать собственные силы, пережить неудачи, и здесь им потребуется пристальное родительское око.

Чтобы научить детей, необходимо с раннего возраста воспитывать в них чувство ответственности. Будьте готовы к возможным ошибкам и глупостям. Пусть как можно раньше и как можно чаще дети сами принимают решения. Родителям нужно постоянно подбадривать детей, время от времени давать им советы, может быть иногда даже подталкивать, Пусть пробуют все на свете. Пусть там, где можно участвуют в семейном совете. Пусть отвечают за что-то. Пусть как можно раньше приучаются что-то делать для других, особенно то, что у них хорошо получается.

Установите теплые отношения с ребенком, основанные на взаимопонимании

Независимо от возраста ребенка лучший путь к хорошим взаимоотношениям с ним – спокойное, приветливое общение. «Золотые часы» для общения с тинэйджерами «до и после полуночи». Действительно, это время очень удобно для спокойной, неторопливой беседы. Поздние часы после дневных забот и трудов настраивают на доверительный лад, и детей, и родителей. Спокойная ночная обстановка располагает к тому, чтобы поговорить откровенно, поделиться мыслями, сочувственно выслушать собеседника. Следует иметь в виду, что большинство современных тинэйджеров испытывает большие стрессы, которые бывают очень болезненными и не проходят бесследно. Если вы в такую минуту окажитесь рядом с подростком просто как друг, который может выслушать и понять, он, может быть, и решится довериться вам. Может быть, рассказ о ваших трудных случаях в жизни наведет его на мысль, как решить сложную проблему, как пережить разочарование или унижение, глубоко и больно поразившие душу.

Главное в общении – быть неравнодушным, заботливым и любящим. Все это должно совершенно отчетливо проявляться в каждой вашей беседе. На этом фоне можно говорить о чем угодно, ведь ребенок доверяет вам. Он смирится и с наказанием, понимая, что вы наказываете его, потому что любите. Каждому ребенку обязательно нужно выделять специальное время, когда никто или ничто не мешает ему общаться с одним или обоими родителями, – общайтесь часто! Пойдите на прогулку, покатайтесь на машине, пообедайте в кафе. Пусть это станет традицией. Создавайте такие ситуации, когда только сын (или дочь) находится в центре вашего внимания, заботы, любви и всем своим существом чувствует это