

Рекомендации для родителей от Вайолет Оклендер

Вот некоторые из основных рекомендаций для родителей, чтобы стимулировать развитие у ребенка чувства собственного Я.

- Слушать, признавать и принимать чувства ребенка.
- Относиться к нему с уважением. Принимать его таким, какой он есть.
 - Использовать поощрения применительно к ситуации.
 - Быть честным с ребенком.
 - Использовать обращения, начинающиеся словом «я», предпочтительнее, чем начинающиеся словом «ты». «Я сойду с ума от грохота твоего проигрывателя» лучше, чем «Ты так шумишь!»
 - Делать только конкретные замечания; не использовать выражения типа «Ты всегда...» или «Ты никогда...».
 - Предоставить ребенку возможность брать на себя ответственность, быть независимым и иметь свободу выбора. Хотя ребенок и нуждается в последовательности, правилах и контроле, ему еще более необходимо жизненное пространство, в котором он может научиться управлять своей собственной жизнью.
 - Следует привлекать ребенка к решению проблем и принятию решений, касающихся его собственной жизни, уважать его чувства, потребности, желания, предложения, разумные решения.
 - Предоставлять ребенку возможность экспериментировать, удовлетворять свои интересы, проявлять или не проявлять свои творческие способности.
 - Помнить о принципе неповторимости: ребенок прекрасен и изумителен в своей неповторимости, даже если его уникальность сильно отличается от вашей.
 - Быть для ребенка хорошим примером: быть о себе достаточно высокого мнения, действовать, исходя из своих интересов.
 - Реализовать подход: ценить самого себя — это хорошо. Прекрасно испытывать чувство удовлетворения от своих достижений. Хорошо находить что-либо приятное для себя.
 - Избегать назидательности, многочисленных «Ты должен бы...» и ненужных советов.
 - Принимать ребенка всерьез. Считаться с его суждениями: ребенок сам знает, когда он голоден, а когда нет.

Оклендер В. - Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии

Статью подготовила: педагог - психолог Чурсина Е.Г

январь, 2014г.