

Памятка родителям

«Как сделать своего ребенка счастливым!»

Сложнейшая задача современного воспитания – сохранить благополучие ребенка и сделать его счастливым. Прошли те добрые времена, когда родители проводили много времени со своими детьми. Образ жизни меняется настолько, что вся семья собирается вместе только за ужином или в выходные дни. Но у каждой проблемы есть решение. Предлагаем вашему вниманию несколько шагов по воспитанию счастливого ребенка.



1. Уделяйте больше времени. На вопрос «Как сделать ребенка счастливым?» можно ответить просто – проводите больше времени с ним. Даже если вы заняты, уделите сыну или дочке немного внимания. Читайте им сказки на ночь, играйте в игры по выходным. Эти простые мероприятия сделают вашего ребенка намного счастливее.

2. Покажите, что он вам нужен. У ребенка есть врожденная потребность быть нужным. Дайте ему почувствовать, что он вносит пусть небольшой, но уникальный вклад в семью с самого раннего возраста. Это не только сделает его чуточку счастливее, но и повысит самооценку. Уже в три года дети могут выполнять несложные поручения: разложить салфетки во время обеда или насыпать сухой корм в кошачью миску. Старайтесь давать поручение, способствующее развитию ребенка. Если малыш любит систематизировать предметы, поручите ему работу по сортировке

вилок и ложек. Если он любит нянчиться, попросите развлечь младшую сестренку, пока вы готовите ужин.

3. Принимайте ребенка таким, какой он есть. Не стоит ожидать, что ребенок в три года научится разговаривать на чистом английском, если он еще не произносит все звуки родного языка. Развивайте его потенциал, не гоняйтесь за званием вундеркинда.

4. Не реализуйте в нем свои мечты. Некоторые родители, воспитывая ребенка, делают другую ошибку – пытаются реализовать через него свои несбывшиеся мечты. Часто выросшие дети идут в университет, который выбрали за них взрослые. Не нужно лишать своего ребенка счастливого и, главное, самостоятельного будущего. Оставьте выбор за ним.

5. Не ругайте ребенка. Никогда не ругайте самого малыша, делайте акцент на его поступках, а не на чертах характера или способностях. Если он еще слишком мал и не понимает недопустимости подобных действий, ясно скажите: «Так делать нельзя!» Нельзя отчитывать ребенка у всех на виду. Все, что вам нужно высказать ему, произнесите наедине.

6. Прививайте ребенку полезные привычки. Многие вредные привычки люди получают в детстве. Наиболее распространенная – неправильное питание. Большинство родителей сталкиваются с этой проблемой. Они кормят детей чипсами, крекерами, гамбургерами, что может вызвать ожирение и другие неприятные последствия. Чтобы сделать ребенка здоровым и счастливым, прививайте полезные привычки, конечно, на собственном примере.

7. Установите распорядок дня. Важный момент в воспитании ребенка - распорядок дня. Это помогает малышу не только чувствовать время, но и организовывает его. Необходимо разработать распорядок дня для всей семьи и строго его придерживаться. Ребенок, который допоздна смотрит телевизор или играет в компьютер, не высыпается и постоянно раздражается из-за любой мелочи. Недостаток сна может серьезно подпортить отношения в семье.

8. Создайте гармоничные отношения. Ребенок чувствует, что в семье что-то не так, если родители ссорятся. Он становится беспокойным, подавленным. Ребенок любит вас обоих. Не стоит уточнять, кого

больше: маму или папу. Психологи утверждают, что ребенок, который жил в атмосфере борьбы и враждебности, вырастает несчастным. Лучшая вещь, которую вы можете сделать для душевного спокойствия своего малыша – обеспечить безопасное семейное окружение, где любовь, доверие, поддержка и поощрение видны в каждом жесте.

9. Цените своего ребенка. Если он научился чему-то новому или достиг чего-либо, укажите на это и похвалите. Высокая оценка со стороны значимых взрослых положительно влияет на развитие ребенка. В то же время не переусердствуйте! Не используйте такие слова, как «лучший», «идеальный» и «великолепный». Иначе есть риск вырастить эгоиста.

10. Объясните, что совершать ошибки – это нормально. Детство – время экспериментов. Дети пробуют разные вещи и, конечно, делают ошибки. Вместо того чтобы ругать и критиковать их, поговорите с детьми, объясните, почему конкретное действие является неправильным. Предложите правильный вариант поведения.

11. Целуйте и обнимайте ребенка. Прикосновение и поцелуи очень важны в построении отношений. Обнимайте и целуйте ребенка, чтобы показать, что вы действительно его любите. Психологи говорят, что детям в буквальном смысле слова жизненно необходимы ласковые и ободряющие прикосновения родителей. Они подчеркивают поддержку, близость и внимание, что позволяет ребенку ощутить себя любимым, значимым и нужным.

12. Научите ребенка заботиться о других. Истинное счастье кроется в умении дарить, отдавать. Ваш ребенок станет счастливым, заботясь о других, помогая ближним, ничего не требуя взамен. Купите ему домашнего питомца или поставьте комнатное растение на подоконник в детскую комнату. Это поможет сделать его ответственным.

13. Учите ребенка общению. Общение с друзьями и любимыми людьми улучшает настроение и делает нас счастливыми. Учите ребенка общаться, заводить друзей и ощущать принадлежность к коллективу. Счастье можно найти в друзьях.

14. *Имейте позитивный взгляд на мир. Наши мысли и поступки оказывают гораздо большее влияние на наших детей, чем мы можем себе представить. Когда счастливы родители, дети тоже чувствуют себя счастливыми. Когда у вас позитивный взгляд на жизнь, она становится намного легче. Пусть и ваш ребенок тоже будет оптимистом.*

15. *Говорите ребенку правду. Мы учим наших детей быть честными. Если мы лжем, они будут брать пример с нас. Помните, что рано или поздно тайное становится явным. Если вы будете говорить правду, то между вами и ребенком установятся доверительные отношения.*

16. *Любите своего ребенка. Это самое главное! Любить безусловно – принимать ребенка независимо ни от чего. Несмотря на его внешность, плюсы и минусы, недостатки, способности. Независимо от того, чего он добился сейчас или чего вы ждете от него в далеком будущем. Любите своего малыша любым: капризным, неталантливым и даже неудачливым.*

Как видите, нет единственно верного и универсального рецепта воспитания счастливого ребенка. Уделяйте внимание своему малышу, поддерживайте его, вовлекайте во все виды деятельности, которые развивают творчество, интеллект и способности. Не бойтесь экспериментировать, чтобы ребенок почувствовал себя счастливым. Важно помочь ему найти свое место в жизни.

*С уважением,
педагог – психолог
МБДОУ детского сада «Березка»
Лемешко Д. С.*