



МДОУ «Детский сад №32 комбинированного вида»

Рекомендации для родителей

**«Психологическая безопасность
ребенка - травмы как последствия воспитания»**

Составил: педагог-психолог
Игнатова Ф.В.

г. Ухта
2016 г.

На практике вполне реальна ситуация, когда родители переносят свои психологические проблемы на детей, внушая им ложные установки, которые в свое время получили сами и из-за которых имеют собственные проблемы. То есть одна проблема по цепочке порождает другую в следующем поколении, но уже слегка искаженную и видоизмененную. Чтобы разорвать замкнутый круг и обеспечить своим детям реальную безопасность для психики, взрослым следует знать самые распространенные ошибки в воспитании. Мы дадим каждой из проблем условное название, чтобы вам легче было воспринимать, анализировать ситуацию и эффективно обеспечить психологическую безопасность своим малышам.

«Ай-ай-ай - ты плохой». Родители постоянно не удовлетворены ребенком, постоянно сравнивают его с кем-то или ставят в упрек, что он такой, а не другой. Излюбленная фраза: «вот Паша он молодец, не то что ты». Такие родители сами сожалеют о своих достижениях, сравнивая себя с «соседом», не умеют радоваться тому, что имеют и подсознательно нагнетают уверенность ребенка в том, что кто-то рядом лучше. Как итог у малыша развивается заниженная самооценка, которую по жизни тяжело искоренить.

«Детству - нет!». Родители относятся к малышу не по возрасту, постоянно упрекают в детских шалостях, постоянно ставят задачу стать серьезным. Как итог лишают ребенка детства, лишают его важного этапа в жизни, лишают возможности отвлечься и отдохнуть. Вырастая такие не наигравшиеся люди чувствуют потребность в «детской» разрядке и одновременно чувствуют вину за эти слабости. К своим детям они могут относиться, впадая в крайности: либо так же строго, либо наоборот с недоступной им вседозволенностью.

«Ты помеха!». Родители не забывают рассказать тем или иным образом малышу, что он причина их бед. Что они с ним намучились, что он часто болел, что они на него много тратят. Итог, в ребенке развивается стойкий комплекс неполноценности – он лишний в этой жизни, от него одни неприятности. Причем он ищет подтверждение этим мыслям даже в мелочах.

Такой человек склонен к депрессиям и суициду, ведь родители сделали всё чтобы доказать ему то, что он зря появился на свет и вообще они "хотели мальчика, а не девочку".

«Никаких инициатив». Родители любят повторять - «не умничай», «что-то слишком много болтаешь», «не твоего ума дело» и т.д. Родители не дают ребенку возможность выработать свой стержень, в итоге он становится инертным и неспособным справляться с реальными жизненными проблемами. Уход от проблем он ищет самыми простыми путями – алкоголь, депрессии, наркотики.

«Стой, вокруг опасно». Ситуация похожа на предыдущую. Родители задавливают ребенка запретами, слишком долго опекают и держат «под крылом». В итоге ребенок боится брать ответственность на себя, принимать важные решения. Его постоянно гложут сомнения и страхи, особенно в каких-то начинаниях.

«Ой, ты мой маленький». Ребенок растет в уверенности, что лучше детства ничего нет и не будет. Родители стараются затормозить его, оставить возле себя, решить все проблемы. Даже повзрослев, такой человек бежит к мамочке за советом о том, какую жену выбрать и где работать, с удовольствием принимает у родителей деньги даже в 40 лет, и совершенно не приспособлен к самостоятельной жизни.

«Любим только лучшего». Ты должен достичь вершин, - говорят родители (причем часто сами ничего не достигшие и отыгрывающиеся на детях). Ты не имеешь права принести тройку, ты станешь известным музыкантом и т.д. Все эти послы вселяют уверенность, что любовь надо зарабатывать, что родители любят только самых лучших. Такой ребенок будет стараться всячески угождать взрослым, даже путем обмана, лишь бы они его любили, ведь любят они только когда «он пятерку принес». Взрослая жизнь человека может сопровождаться существенными проблемами во взаимоотношениях с людьми и в искаженном представлении о жизненных ценностях. Нередки и случаи, когда «наильно» успешный ребенок в школе, взрослым спивается и

катится по наклонной, поскольку не видит истинного смысла в своих достижениях.

«А наш самый хороший». Родители по поводу и без повода восхищаются малышом, всячески его хвалят, вселяя ложную уверенность в своей исключительности. Часто жизнь расставляет свои точки над «i», что приводит к серьезным разочарованиям.

«Плачут только слабаки». Родители учат ребенка, что проявлять чувства постыдно, что надо быть сдержанным. Не плачь, не бойся, не желай – так можно охарактеризовать такую модель воспитания. В итоге у ребенка все эмоции накапливаются внутри и потом выплескиваются в серьезные нервные срывы, психические расстройства и депрессии. Думая, что эмоции это постыдно, такой человек не может проявить себя ни как любящий муж, ни как нежный отец.

«Все вокруг плохие». Весь мир плохой, люди злые, люди обманывают, верь только мамочке и папочке. Настраивая ребенка против окружающего мира родители устанавливают в его психике бомбу замедленного действия, которая разорвется уже во взрослом возрасте, когда человек не сможет полноценно строить взаимоотношения с окружающими, а значит не сможет быть счастливым.

Для укрепления психологического здоровья детей необходимо:

1. Создать в семье и в детском саду обстановку психологического комфорта:
 - принятие ребенка как личность;
 - недопустимость авторитарного стиля воспитания;
 - опора на сильные стороны ребенка;
 - демонстрация любви к ребенку;
 - использование в качестве воспитательного воздействия ласки и поощрения, а не порицания и наказания;
 - удовлетворение потребности ребенка в деятельности, в общении со взрослыми и сверстниками.

2. Обеспечивать условия для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке жизни детей;
 3. Внимательно наблюдать за детьми, изучать их индивидуальные проявления, особенности. Поддерживать связь с родителями, чтобы лучше понять причины этих проявлений.
 4. Применять психолого-педагогические приемы, направленные на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений, прежде всего у гиперактивных детей.
 5. Использовать метод традиционной беседы с детьми.
 6. Широко применять игру, обладающую психотерапевтической функцией, особенно такие ее виды, как подвижные, сюжетно-ролевые, игры с водой, песком, крупой и снегом.
 7. Использовать в режимных моментах музыкальное сопровождение, особенно классической музыки. /по мнению Ю.Ф. Змановского, музыкой должен начинаться и заканчиваться каждый день ребенка/.
 8. Заботиться о нормализации сна детей, его индивидуальной продолжительности и режиме /дневной сон в одно и то же время, а пробуждение индивидуальное, использование для введения в сон аутогенной тренировки/;
 9. Правильно организовывать пространственную предметно-развивающую среду, применяя цветовое и световое решение интерьера;
 10. С целью эмоционально-экспрессивному воспитанию, учить детей способам и выразительным средствам передачи своих эмоциональных состояний, распознаванию эмоций других людей и эффективному общению.
- Психотерапевтическая функция воспитателя состоит в снятии неблагоприятного состояния ребенка, достижении психологического равновесия, снижении психологического накала во имя личностного развития ребенка. С этой целью воспитатель может: непосредственно воздействовать на ребенка – внушать, помогать; действовать через

родителей, других людей, детей; воздействовать через книгу, музыку, картину, рисунок.