

ПОЗИТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ.

Позитивное родительство – это такие отношения с ребёнком, которые не только позволяют ему вырасти полноценным и здоровым человеком, но и наполняют жизнь детей и родителей положительными эмоциями и приятными воспоминаниями. Это стиль, при котором воспитание строится на основе любви и понимания, а не на следовании нормам и страхе наказания.

С чего начинается позитивное родительство?

Легко и изящно можно представлять себя позитивной мамой, пока ребенок не закатил истерику в магазине или не раскрасил все стены в гостиной. В моменты, когда всё идет не по плану, кажется, что ты не просто не позитивная, ты худшая на свете мама самого капризного в мире ребенка. Здесь то всё и начинается. И в моменты полные разочарований, и в моменты успеха приучайте себя видеть чуть шире конкретной ситуации: сейчас я устала, дома полный бардак, а ребенок не управляем, но мы справимся с этим, потому что мы семья, потому что плохие дни есть у каждого, но они не делают из нас плохих людей.

Каковы же основные принципы позитивного родительства?

Принцип первый. Ориентируйтесь на своего ребенка.

Еще недавно вы приехали из роддома с крошечным беспомощным комочком, а сейчас этот маленький человек уже удивляет вас своей яркой индивидуальностью и кажется, будто он уже мыслит, как взрослый человек. Это убеждение позитивное, но всё же очень опасное, ведь до того, как стать взрослым, ребенок проходит множество стадий развития.

Обращайте внимание на язык потребностей своего малыша.

Дети владеют гораздо меньшим словарным запасом и жизненным опытом, поэтому часто используют не самые простые способы сообщить о своих нуждах. Так,

например, резкая вспышка гнева среди супермаркета может говорить об усталости малыша и слишком большом потоке информации, с которым он больше не может справиться. Помните, что малыши никогда не пытаются разозлить родителя намеренно, за любым поведением кроется причина.

Выставляйте требования к ребенку в соответствии с возрастом малыша.

Дети имеют гораздо меньший жизненный опыт и багаж знаний, поэтому иногда то, что кажется очевидным для вас, является совсем неожиданным для ребенка. Если вы сталкиваетесь с непониманием или плохим поведением малыша, попробуйте поставить себя на его место и представить, что он чувствует и хочет.

Принцип второй. Фокусируйтесь на хорошем.

Родительская тревога зачастую заставляет нас слишком много внимания уделять проблемам и сложностям. «Сегодня наш сын ударил ребенка в саду», «Мама сказала, что к этому возрасту я уже говорила, а наш всё мычит», «Дочь абсолютно меня не слышит, я не знаю, как уже с ней разговаривать», - вам наверняка знакомы все эти переживания. Проблемы являются неизбежной частью воспитания детей и требуют решения, но они всегда идут рука об руку с маленькими достижениями и просто приятными моментами.

Замечайте сильные черты своего ребенка, его способности и достижения.

Каждый ребенок уникален и развивается по-своему и в своём темпе. Замечайте их индивидуальные черты: общительность, музыкальные или художественные способности, интерес к новым словам или отличные физические данные. У всех нас есть сильные и слабые стороны, и каждому из нас нужен в жизни человек, который будет замечать наши успехи. Пусть же для вашего ребенка это будете вы!

Не позволяйте рутине захватить вас.

Жизнь вся состоит из повседневных мелочей, и это ваш выбор делать эти повседневные задачки скучной рутинной или превратить их в маленькую сказку.

Даже самое банальное мытьё посуды или подготовка одежды к стирке может стать ярким событием для малыша. Помните, что любовь проявляется в мелочах.

Принцип третий. Забота нужна не только детям.

С появлением ребенка в семье вы не перестали быть человеком. Взрослые также имеют свои чувства, желания и характер: вы можете раздражаться, уставать, можете поступать нелогично и хотеть заботы и внимания. Проявления эмоций не делает вас плохой мамой, главное вовремя осознавать причины своего состояния и не забывать заботиться о себе.

Старайтесь осознать свои эмоции перед тем как отвечать малышу

Дети не имеют такого жизненного опыта как мы, поэтому им гораздо сложнее делать скидку на настроение собеседника. Когда малыш видит, что мама не делает поспешных выводов и держит эмоции под контролем, он не только лучше понимает её требования, но и сам учится контролировать свои чувства, копируя её поведение.

Принцип четвертый. Быть родителем – это искусство.

Помните, что идеальных родителей не существует. Всегда будут моменты, когда мы поступаем неправильно или даже нечестно по отношению к ребенку. Учитесь искренне извиняться перед детьми, делать выводы из неприятных ситуаций и искать способы избежать их в будущем, так вы не только сами почувствуете себя лучше, но и подадите прекрасный пример выстраивания отношений своим детям.

Выводы: Всё чаще современные родители выбирают для себя мягкие и ненасильственные методы воспитания. Они позволяют себе и детям быть людьми со своим эмоциями, желаниями и особенностями, а приоритетом становится любовь и уважительное отношение ко всем членам семьи. Именно этот подход получил название «Позитивное родительство». Быть позитивным родителем значит внимательно относиться к себе и своим близким, учитывать их потребности и не

стесняться пробовать новые подходы к воспитанию и искать то, что лучше всего подходит семье.

Заключение: Уделяйте внимания индивидуальным особенностям своих детей.

Внимательно относитесь к тому, какая атмосфера царит не только дома, но и в саду, и на кружках и секциях. Выстраивая позитивные отношения со своим ребёнком помните, вы родитель - это не только опора и поддержка, но и главный ориентир в жизни!