

Бюджетное учреждение
«Городской центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
города Омска

Единая служба



поддержки семей, имеющих детей
города Омска

Альманах
«ТЕРРИТОРИЯ УСПЕШНОГО РОДИТЕЛЬСТВА»
(методические рекомендации)

ВЫПУСК 49

Принципы позитивного
воспитания



Принципы позитивного воспитания

Итак, существует пять важных принципов позитивного воспитания, которые помогут детям найти в себе силы для преодоления жизненных трудностей и в полной мере развить внутренний потенциал. Вот эти принципы:

1. Отличаться от других - нормально.
2. Совершать ошибки - нормально.
3. Проявлять негативные эмоции - нормально
4. Хотеть большего - нормально.
5. Выразить свое несогласие - нормально, но помни, что мама и папа - главные.

Давайте рассмотрим каждый из них подробнее.

1. Отличаться от других - нормально.

Каждый ребенок неповторим. У каждого есть особые таланты, проблемы и потребности. Задача родителей - распознать эти особые потребности и удовлетворить их. У мальчиков есть ряд особых потребностей, которые не так важны для девочек. У девочек есть особые потребности, не имеющие особого значения для мальчиков. Кроме того, у каждого ребенка, независимо от пола, есть потребности, связанные с его личными проблемами и талантами.

Дети также различаются в том, как они обучаются, и родителям важно осознавать эти различия, чтобы не расстраиваться понапрасну, сравнивая своих детей с другими. По типу усвоения знаний дети делятся на три категории: бегуны, ходоки и прыгуны.

Бегуны обучаются очень быстро. Ходоки обучаются ровно, их успехи несложно заметить со стороны. И, наконец, существуют прыгуны. Прыгунов воспитывать труднее всего. Создается впечатление, будто эти дети вообще не учатся и не добиваются никаких успехов, но затем в один прекрасный день они совершают скачок и обретают знания и навыки разом. Они - как поздние цветы. Обучение занимает у них больше времени.

Родителям нужно научиться по-разному проявлять свою любовь по отношению к мальчикам и к девочкам. К примеру, девочкам требуется больше заботы; но, если проявлять слишком много заботы по отношению к мальчишке, ему будет казаться, что вы ему не доверяете. Мальчику нужно больше доверия; но, если проявлять слишком много доверия по отношению к девочке, ей может показаться, будто о ней не слишком заботятся.

Отцы по незнанию обычно дают девочкам то, что необходимо мальчикам, а матери склонны окружать мальчиков заботой, которая необходима девочкам. Осознав, что девочки и мальчики имеют разные потребности, родители могут удовлетворять их более полно. Кроме того, у них остается меньше причин для споров по поводу методов воспитания. Папы с Марса, мамы с Венеры.

2. Совершать ошибки - нормально.

Все дети совершают ошибки. Это абсолютно нормально, и нужно быть к этому готовым. Допустив ошибку, ребенок не думает, будто с ним что-то не в порядке, если только родители не реагируют так, словно он сделал что-то недопустимое.

Ошибки - естественное, нормальное и неизбежное явление. Дети постигают эту истину главным образом из жизненных примеров. Чтобы донести до ребенка этот принцип, родители должны признавать собственные ошибки в отношениях с детьми и друг с другом.

Если дети видят, что родители всегда извиняются за допущенный промах, то они и сами постепенно приучаются брать на себя ответственность за свои ошибки. Вместо того чтобы заставлять детей просить прощения, родители должны сами служить им примером. Дети учатся на ролевых моделях, а не из лекций. При этом дети учатся не только ответственности; регулярно прощая родителям их ошибки, ребенок постигает важнейшее искусство прощения.

Дети приходят в этот мир с врожденной склонностью любить своих родителей, однако они не умеют любить и прощать себя. Любовь к себе развивается на основании отношения родителей и их реакции на ошибки ребенка. Если детей не стыдят и не наказывают за ошибки, это дает им возможность научиться важнейшему искусству: умению любить себя и принимать собственное несовершенство.

Это искусство постигается, когда ребенок снова и снова видит, что его родители совершают ошибки и все же остаются достойными любви. Если старшие стыдят и наказывают ребенка, ему сложно развить любовь к себе и умение прощать собственные ошибки. Что нужно делать, чтобы не бить, не стыдить и не наказывать ребенка? Действенные альтернативы этим методам таковы: просьбы вместо приказов, поощрение вместо наказания, тайм-ауты вместо шлепков и тумачков. Если правильно и последовательно использовать тайм-аут, он служит не менее действенным сдерживающим средством, чем оплеухи и наказания.

3. Проявлять негативные эмоции - нормально.

Такие негативные эмоции, как гнев, печаль, страх, сожаление, разочарование, беспокойство, смущение, ревность, обида, неуверенность и стыд, не только естественны и нормальны, но и важные составляющие роста. Негативные эмоции нормальны, и о них необходимо беседовать.

Родители должны научиться создавать для детей благоприятные возможности испытывать и выражать свои негативные эмоции. Хотя такие эмоции всегда нормальны, время, место и способ их выражения могут быть неуместными. Вспышки гнева необходимы для развития ребенка, но он должен знать, что они допустимы не везде и не всегда. С другой стороны, не нужно задабривать ребенка, чтобы он не давал воли гневу, иначе он станет устраивать скандалы именно в те моменты, когда у вас нет возможности предложить ему тайм-аут и

эффективно разобраться с текущей проблемой.

Вам необходимо освоить новые методы общения, направленные на то, чтобы научить детей более ясно осознавать свои эмоции, - иначе ребенок будет выходить из-под контроля, противиться вашему авторитету и бурно выплескивать затаенные чувства. Все, что подавляют в себе родители, в конце концов проявляют дети - вместе с собственными эмоциями. Это объясняет, почему дети теряют контроль над собой в самые неподходящие моменты, в частности в стрессовых ситуациях, когда мы сами с трудом сдерживаем переполняющие нас негативные чувства.

Позитивное воспитание не допускает, чтобы дети чувствовали себя ответственными за настроение родителей. Если ребенку дают понять, что его эмоции и потребность в понимании, а также связанные с этими эмоциями переживания доставляют неудобство старшим, он начинает подавлять свои чувства и теряет связь со своим истинным "я" и с талантами, которые пробуждаются, когда человек искренен.

"Прогрессивные" родители, осознающие, насколько важно проявлять свои чувства, нередко совершают другую ошибку: стремясь научить ребенка чувствовать, собственным примером учат его проявляться слишком бурно.

Лучший способ научить ребенка осознавать свои чувства - сочувственно выслушивать его и помогать идентифицировать возникающие у него эмоции. Для того же, чтобы поделиться собственными негативными чувствами, родителям следует рассказывать истории из собственного прошлого, когда, реагируя на те или иные жизненные трудности, они ощущали, что стали старше.

Если вы говорите: "Когда ты взбираешься на это дерево, мне становится страшно, что ты упадешь", - ребенок со временем начинает догадываться, что вы пытаетесь манипулировать им при помощи негативных чувств. Лучше, если взрослый говорит так: "Взбираться на это дерево небезопасно. Я хотел бы, чтобы ты лазил на него только тогда, когда я рядом". Это более действенно, и, кроме того, таким образом вы не приучаете ребенка принимать решения исходя из негативных чувств. Ребенок идет на сотрудничество с вами не из желания оградить вас от неприятного чувства страха, но просто потому, что мама или папа попросили его поступать определенным образом.

Чтобы помочь ребенку отчетливее осознавать свои эмоции, родителям следует сочувственно выслушивать его, а не делиться своими чувствами. Иногда вы даете ребенку слишком много власти уже просто тем, что прямо спрашиваете о его чувствах и желаниях.

Новое искусство слушать направлено на то, чтобы, ненавязчиво вызвав ребенка на откровенность, понять его желания и потребности. "Уступчивые" родители научатся уходить из-под власти желаний и потребностей ребенка. "Строгие" родители увидят, как они, сами того не замечая, стыдят детей за то, что те проявляют негативные чувства.

После того как ребенок научится осознавать и выражать негативные эмоции, ему намного проще отделить себя от родителей, развить сильное самосознание и постепенно открыть свою внутреннюю сокровищницу творческих способностей, интуиции, любви, уверенности, радости, сострадания, совести и способности исправлять свои ошибки. Все эти замечательные качества, которые помогают человеку сиять в полную силу и добиваться успеха и самореализации, развиваются тогда, когда он осознает свои чувства и умеет отпускать негативные эмоции.

Успешные люди осознают свои потери, но скоро наверстывают утраченное, поскольку умеют отпускать негативные эмоции. Большинство людей, которым не удается реализовать себя, либо глухи к своим чувствам и принимают решения, основываясь на негативных эмоциях, либо просто завязли в негативных эмоциях и отношениях. В любом случае их что-то удерживает от воплощения своих мечтаний.

4. Хотеть большего - нормально.

Детям очень часто вбивают в голову, будто только нехороший, эгоистичный, испорченный ребенок хочет большего или огорчается, не получая желаемого. Родители изо всех сил стараются приучить детей к добродетелям благодарности, вместо того чтобы позволить им желать большего. "Скажи спасибо за то, что у тебя уже есть", - стандартный ответ на желание ребенка получить больше.

Дети не знают, сколько им позволено просить, да им и неоткуда это знать. Даже взрослым бывает трудно определить, как много мы можем попросить, чтобы не обидеть человека и не показаться слишком требовательными и неблагодарными. Если даже у взрослых возникают сложности, как они могут не возникать у детей?

Методы позитивного воспитания позволяют нам научить детей просить о том, что они хотят, уважая при этом других. В то же время родители учатся отказывать ребенку, не испытывая при этом дискомфорта. Дети могут легко просить о том, что они хотят, зная, что никто не станет их стыдить. К тому же ребенок ясно осознает, что сам факт просьбы отнюдь не гарантирует получение желаемого.

Если не позволить детям свободно просить, они так и не узнают, что они могут получить, а что - нет. Кроме того, когда дети просят, они быстро развивают умение вести переговоры. Большинство взрослых - никудышные дипломаты. Они ни о чем не просят, если не ожидают положительного ответа. Когда же ответ отрицательный, они обычно молча принимают его и уходят - либо затаив обиду за маской смирения, либо с откровенным раздражением.

Дайте ребенку свободу просить о том, чего он хочет, - и его врожденная способность добиваться желаемого расцветет в полную силу. Став взрослым, он

не будет считать отрицательный ответ окончательным. Он с детства привыкнет вести переговоры, и нередко ему будет удаваться убедить вас дать то, о чем он просит. Позволить блестящему дипломату убедить себя - это отнюдь не то же самое, что идти на поводу у капризного ребенка.

Родители, практикующие позитивное воспитание, уверенно контролируют ход таких переговоров и жестко устанавливают их рамки.

Позволив ребенку просить большего, вы тем самым даете ему возможность ставить перед собой цели и чего-то добиваться в жизни. Многие женщины ощущают себя бессильными именно потому, что в свое время им не позволяли просить большего. Их учили заботиться о потребностях других людей и стыдиться своего огорчения по поводу того, что они не получают то, что хотят или в чем нуждаются.

Умение просить большего - один из важнейших навыков, которые могут привить дочери отец и мать. Большинство женщин не научились этому в детстве. Вместо того чтобы просить о большем прямо, они просят косвенно, давая больше окружающим в надежде, что кто-то должным образом оплатит им за старания и просить не придется. Из-за неумения просить прямо они не получают того, что хотели бы от жизни и от взаимоотношений.

Если девочкам нужно дозволение хотеть больше, то мальчикам - особая поддержка, когда они не получают большего. Довольно часто мальчишка ставит перед собой труднодостижимые цели, и, стараясь уберечь сына от разочарований, родители пытаются убедить его быть реалистичнее. Мама с папой не понимают, что для парня важно не столько достичь цели, сколько научиться справляться с разочарованием, - вставать и снова идти к своей цели.

Девочек нужно поощрять к тому, чтобы они просили о том, чего хотят, а мальчикам нужно помогать идентифицировать свои чувства и переживать их. Для этого лучше всего расспросить у мальчика в подробностях, что произошло, будучи при этом исключительно осторожным, чтобы не предложить какой-нибудь совет или "помощь". Даже слишком много сочувствия может оттолкнуть его от дальнейшего разговора о случившемся.

Ошибка матери нередко заключается в том, что она задает слишком много вопросов. Многие мальчики замолкают, как только чувствуют, что их навязчиво подталкивают к разговору. Особенно они замыкаются в себе, когда им дают советы, как справиться с проблемой. В тот момент, когда мальчишка чувствует, что потерпел поражение, советы по поводу того, как можно было решить проблему и обсуждение методов, при помощи которых пытался решить ее он, только усугубляют его расстройство.

Например, мальчик огорчен тем, что плохо сдал экзамен, а мама заботливо говорит ему: "Думаю, если бы ты меньше смотрел телевизор и больше времени уделял занятиям, то сдал бы лучше. Ты ведь умный парень, просто занимаешься недостаточно". Очевидно, она полагает, что проявляет любовь, но в этом

контексте совершенно понятно, почему в следующий раз сын предпочтет не делиться с ней своими тревогами. Она дала непрошенный совет, и мальчику кажется, будто его критикуют и не верят в его способность самостоятельно решать свои проблемы.

5. Выражать свое несогласие - нормально, но помни, что мама и папа - главные.

Нужно позволять детям говорить "нет", но при этом важно, чтобы они знали: последнее слово остается за родителями. Наряду с возможностью хотеть большего и вести переговоры, позволение говорить "нет" дает им немало прав. Большинство родителей боятся дать детям слишком много прав, чтобы не разбаловать их. Одна из крупнейших проблем с современными детьми состоит в том, что им дают слишком много свободы.

Родители почувствовали, что дети заслуживают того, чтобы иметь больше прав, но не научились при этом оставаться хозяевами положения. Если они при этом не используют такие техники позитивного воспитания, как тайм-ауты, дети становятся слишком требовательными, эгоистичными и раздражительными. Давая детям свободу, нужно следить за тем, чтобы все-таки уверенно держать ситуацию под контролем.

Позволяя детям говорить "нет", вы тем самым даете им возможность свободно выражать свои чувства, определять собственные желания и затем вести переговоры. Это не значит, что вы всегда будете делать то, что хочет ребенок. Из того, что ребенок может сказать "нет", вовсе не следует, что все будет именно так, как он хочет. Однако его желания и чувства будут услышаны, а это само по себе часто склоняет детей к сотрудничеству. А особенно важно то, что дети могут сотрудничать, не подавляя при этом свое истинное существо.

Корректировать свои желания - это отнюдь не то же самое, что отступить от них. Откорректировать свои желания - значит привести их в согласие с желаниями старших. Отступить - значит подавлять свои желания и чувства, подчиняясь воле родителей. Подчиняя ребенка, вы ломаете его волю.

Умение корректировать свою волю и желания называется сотрудничеством, подчинение своей воле и желаний называется покорностью. Цель позитивного воспитания - развить в детях склонность к сотрудничеству, а не к покорности. Бездумно следовать за родителями - нездоровая тенденция. Признавая за детьми право чувствовать и высказывать свое несогласие с нами, мы способствуем развитию не только самосознания, но и духа сотрудничества. Покорные дети просто выполняют распоряжения; они не думают, не чувствуют, не участвуют в процессе активно. Дети, склонные к сотрудничеству, участвуют в любом взаимодействии всем своим существом, и это очень способствует их развитию.

Итак, цель позитивного воспитания - развить в детях склонность в детях дух сотрудничества, а не покорности.

