

ПСИХОЛОГ МИХАИЛ ЛАБКОВСКИЙ: СЕКРЕТЫ ВОСПИТАНИЯ СЧАСТЛИВОГО РЕБЁНКА

Михаил Лабковский никогда не называет себя детским психологом. Он работает со взрослыми. Все его советы адресованы тем мамам и папам, которые готовы меняться, чтобы построить гармоничные отношения со своими детьми.

Мы подготовили для вас важные и полезные цитаты из статей и публичных выступлений психолога о том, как вырастить счастливого ребёнка.

Родительский пример

1. «Лекции о воспитании детей, советы психологов и педагогов по поводу отношений в семье эффективны и имеют смысл исключительно в том случае, если сами родители психологически благополучны или хотя бы стабильны».

2. «Будучи несчастными людьми, вы никак не сможете так выстроить отношения с ребёнком, чтобы он был счастлив. А если родители счастливы, то специально и делать ничего не надо».

3. «Невозможно, не полюбив себя, вырастить ребёнка в человека, который будет себя любить. И не может родитель с низкой самооценкой воспитать детей – с высокой. Хотя многие очень стараются».

Переписывайте детский сценарий

4. «Да, корни многих проблем родом из детства. Но родители – они такие, какие есть. Они растили вас так, как могли. Вы их не измените, менять надо себя: переписывать детский сценарий, вырастать из него».

Стабильность, комфорт, доверие

5. «Многие тут считают себя интровертами. На самом деле интровертами они были не всегда. Просто в детстве они пытались поделиться с мамой и папой своими секретами и тут же выяснили, что это никому не интересно (услышали про некогда, отстань и не морочь мне голову). Отсюда привычка переживать всё в себе и убеждение, что они сами, а их проблемы тем более – никому не нужны».

6. «Чувство безопасности, которое ребёнок должен получить в детстве, – самое главное условие его будущего психического здоровья и жизни без неврозов».

7. «Стабильность, комфорт, доверие – вот что должны получить дети от родителей в первую очередь. Если родители ведут себя агрессивно, унижают, критикуют ребёнка, то у него, естественно, подрывается доверие к жизни в целом и к людям в частности. У меня есть одна подруга, которая говорит

конкретно: людей ненавижу. Подбирает собак, кошек, и понятно почему: животные её не предавали, а папа предал».

8. «Если не хотите, чтобы психотравмы были у ваших детей, ведите себя так, чтобы они вас не боялись, чтобы вы были предсказуемы, чтобы через вас они ощутили доверие к жизни. Будьте если не рядом, то доступны, чтобы вам всегда можно было позвонить, чем-то поделиться, спросить. А если ребёнок вам что-то рассказывает, старайтесь его не перебивать и не давать советов, а просто выслушивать».

Гармония в семье

9. «Если брать семью полную, но невротическую, и семью без отца – второе однозначно предпочтительней».

10. «Беда в том, что большинство родителей до какого-то возраста сюсюкают с детьми, а уже года в четыре вдруг отказываются понимать, что перед ними ребёнок. И начинают что-то требовать, давить, ждать... Когда хочешь, чтобы дети носили твою фамилию, – это нормально, но когда хочешь, чтоб допели то, что ты не успел, – это чревато».

11. «Когда мать долго и «через силу» находится в декрете по уходу за ребёнком, чувствует себя его заложницей или сознательно, волевым решением «проводит с ребёнком много времени», потому что вот такая она ответственная, или – ещё хуже – «посвящает сыну (дочке) всю себя», или даже ещё хуже – «живёт ради него», детям от этого точно не легче».

Не стоит путать заботу и воспитание

12. «Следить за тем, чтобы ребёнок был одет, обут и накормлен – это забота, а не воспитание. К сожалению, многие родители уверены, что заботы достаточно. При этом родители зачастую не знают, как общаться с ребёнком. Просто поговорить с ним у них не получается. Потом эта проблема переходит в школу, где все разговоры крутятся только вокруг оценок, уроков, поведения и экзаменов».

Чувство вины

13. «Дети все считывают и прекрасно понимают, когда с ними «сидят» или гуляют из чувства вины. Или например, приходит мать вечером уставшая, с одной стороны, у неё угрызения, что дети требуют внимания, с другой – кто их будет кормить, если она бросит работу? И вот она пытается поддержать с ними разговор, а ей хочется только одного – лечь и умереть от усталости... И ей тяжело, и им непросто. Ищите помощников, разговаривайте с детьми, просите их поддержки – не надо всё тащить на себе! В конце концов, устала – обнимите детей, умывайтесь и идите спать. Завтра пообщаетесь. Лучше так, чем ежевечерние истерики: «На мне весь дом держится, я и работаю и у плиты стою, а вы...».

14. «И когда из-за чувства вины от них откупаются с помощью игрушек, дети тоже прекрасно знают. «Извини, я снова поздно пришёл с работы, а на выходные вообще уеду в командировку, поэтому на тебе, сынок, новый конструктор»... Такие отношения – с изначально неверными настройками – отражаются и на детской психике, и даже на физиологии».