



Министерство образования и науки Республики Татарстан

Государственное автономное учреждение
Центр психолого-педагогического
сопровождения «Росток»

Серия «Психолог – родителю»



Татьяна Баширова

АЗЫ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Казань, 2016

УДК 37
ББК 474
Б33

Б33 Татьяна Баширова

Азы родительской компетентности / Т.Н. Баширова. – Казань: «Фолиант», 2016 – 16 с.

«Азы родительской компетентности» (автор Т.Н. Баширова) входит в цикл методических рекомендаций «Психолог – родителю». Данный цикл составлен специалистами Центра психолого-педагогического сопровождения «Росток» и предназначен для оказания практической помощи родителям в процессе воспитания детей. Тематика методических рекомендаций связана с областями психолого-педагогической практики, традиционно вызывающими наибольшие трудности.

© ЦППС «Росток», 2016
© Т.Н. Баширова, 2016
© ООО «Фолиант», 2016



***Ребенок учится тому,
что видит у себя в доме.***
Русская народная пословица

***Не воспитывайте детей,
Все равно они будут похожими на Вас.***
Воспитывайте себя.
Английская пословица

Всякий редкий раз, когда моя семья и семьи моих двух братьев собираемся в родительском доме за столом, мама говорит (отца, к сожалению, нет в живых) одно и то же: «Спасибо вам, мои дорогие дети, за то, что мне не приходится за вас краснеть!». Мы, взрослые (которые тоже испытали опыт родительства), понимаем, что имеет в виду мама.

Мои родители пережили довоенное, военное детство и молодость, прошли и холод и голод. Поженившись, поклялись друг другу, что их дети никогда не будут голодать.

Когда я говорю маме: «Это ваша с папой заслуга, что не приходится краснеть, что все дети состоялись, завели семьи, достойно воспитывают своих детей», – она мне отвечает: «Какая заслуга? Мы ничего специально не делали, просто жили по совести, а дети были рядом. Что делали мы, то делали и Вы, наши дети; что ценили мы, то ценили наши дети».

И я, теперь состоявшийся специалист, имеющий много теоретических знаний и практических умений, со смелостью могу сказать – это и есть один из важнейших секретов воспитания. Именно семья формирует основные человеческие ценности. В вежливой семье растут вежливые дети; в читающей семье – дети читают; в трудолюбивой семье – дети трудятся (я имею в виду труд не только физический, через труд добывают знания, добиваются любых достижений).

А школа и другие детские организации лишь помощники в деле воспитания ваших детей. Безусловно, система образования делает очень много для современных детей, особенно в последние годы, но идеально это все ложится на сформированные семьей базовые ценности.

Родительство – великая мудрость, которая кому-то передается по наследству от своих родителей, или одаряется природой, и мы говорим про такое явление «интуиция», «чуйка».

А как быть тем, кому это не дано?!

Психологи говорят – этому можно научиться и стать компетентным родителем. И это так!

Просто в этом случае надо НАЧИНАТЬ С СЕБЯ.



НАЧНИТЕ С САМОГО ПРОСТОГО:

СТАРАЙТЕСЬ БЫТЬ ВСЕГДА ПОЗИТИВНЫМИ!

Заведите привычку говорить в семье ровным, спокойным тоном; чаще улыбайтесь, пусть дома звучит хорошая музыка.

СОЗДАВАЙТЕ ДОМ ПОЛНЫЙ ЛЮБВИ И ДРУЖБЫ!

Заведите семейные традиции, такие как ужинать вместе всей семьей, а за ужином рассказывайте друг другу как прошел день, какие достижения были, что Вас тревожит, в чем Вы сомневаетесь, чего боитесь.

Если Вы закладываете такую традицию, не настаивайте сразу на том, чтобы ваш ребенок обязательно начал с вами делиться, должно пройти время, дети должны к этому привыкнуть, поверить Вам, только после этого они начнут делиться с Вами своими чувствами. А для начала начните с вопросов: «Как прошел твой день?», «Как дела у твоих друзей?», «Что хорошего было у тебя сегодня?», «Нужна ли тебе моя помощь?»

В выходные навестите бабушек и дедушек. Заранее приготовьте вместе подарок или гостинцы для них. В гостях у Ваших родителей чаще вспоминайте о своем детстве: «А помнишь мама, как я тогда...» Покажите Вашим детям какую-то вещь или предмет, который дорог Вам и Вашим родителям, разбирайте старые фотографии.



И помните! Как Вы будете относиться к Вашим родителям, так будут относиться ваши дети к Вам! Вы формируете образец поведения!

Заведите привычку хоть изредка всей семьей ходить в театр, кино. Или хотя бы посмотреть вместе дома какой-либо фильм. А после просмотра обсудить содержание, сюжет, поступки героев.

Это формирует у детей систему суждений, ваши дети научатся анализировать события, делать обоснованные выводы и давать оценки. Другими словами, формируется критическое мышление. В последующем они смогут перенести, таким образом, полученные знания в свой жизненный опыт.



Находите время для ежедневного общения с детьми!

Уверяю Вас, дорогие родители, для этого достаточно 15-20 минут, но это должно войти в привычку.

Каждый вечер Вы общаетесь с ребенком наедине, с глазу на глаз! Если у вас двое или трое детей, то дарите каждому ребенку 15-20 минут вашего времени!

В это время Вы не должны отвлекаться на телефонные звонки, телевизор и др. Это безусловное время ребенка.

Таким образом, Вы воспитываете в вашем ребенке привычку рассказывать о своих достижениях, сомнениях, страхах и тревогах. И не оставляйте без внимания проблемы

ребенка, не высмеивайте детские проблемы. То, что для Вас кажется ерундой, для ребенка – настоящее горе. За вашей спиной социальный опыт, а для него все впервые.

Много говорите с ребенком о будущем. Стройте совместные планы на будущее, мечтайте о будущем: «Когда ты будешь учиться в институте, тогда...», «Когда ты начнешь работать, то...», «Когда ты женишься, мы...», «Когда ты родишь нам внуков...» Такое проецирование утверждает ребенка на жизнь! На перспективу!

Принимайте, любите вашего ребенка таким, какой он есть! Любовь является основой основ воспитания. Никакой совет психолога не действует, если в отношениях родителей и детей нет любви. Причем любить ребенка нужно не за то, что он хорошо учится, красивый, умный, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Любите его за то, что он есть!

Не стесняйтесь проявлять свою любовь к ребенку, дайте понять, что будете любить его всегда и при любых обстоятельствах.

В каждом ребенке есть своя «изюминка», принцип «зато». Ищите это «зато». Да, хуже других учится, но зато лучше других поет (танцует, рисует, добрее, веселее, выше всех прыгает и т. д.)

Дарите своим детям объятия – много, часто, всю жизнь!



КАЖДОМУ РОДИТЕЛЮ ВАЖНО ЗНАТЬ О ТОМ, ЧТО У КАЖДОГО ВОЗРАСТА ЕСТЬ СВОИ ОСОБЕННОСТИ И СВОЯ ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Ведущей деятельностью **РЕБЕНКА РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА** является **ИГРА**: манипулятивная, предметная, развивающая.

У РЕБЕНКА СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА – СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ ИГРА

У игры должен быть сюжет, а у детей должны быть роли. Большинство навыков и умений у дошкольника формируется именно в процессе игры.

Сегодня он играет роль продавца, а завтра роль покупателя, водителя, врача, пациента, учителя, и т. д.

Главное в этих играх – правила, и ребенок учится им подчиняться. Сюжетно-ролевые игры – это генеральная репетиция жизни.

Что является правилом в детской игре, то является законом во взрослой жизни!

Замечено, что дети, которые пропустили такие игры, во взрослой жизни нарушают законы. Дети, которые до школы не имели возможность поиграть в сюжетно-ролевые игры, плохо адаптируются к школе. Ведь школа – это не только образовательное учреждение, но и место, где ребенок впервые сталкивается с нормами, правилами и законами общественной жизни.





Я, как психолог, не раз сталкивалась с молодыми родителями, которые считают сюжетно-ролевые игры ерундой. Для таких родителей главное, чтобы детские сады готовили детей к школе, учили читать, писать, а еще иностранным языкам. НО главный показатель готовности ребенка к школе – это его ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ. Здоровый ребенок сможет научиться читать и писать в любом возрасте и, наоборот, даже если ребенок приходит в школу умеющим читать, писать и знает фразы на английском языке, у него может возникнуть проблема школьной дезадаптации! Так как он не знаком с правилами общественной жизни, не умеет взаимодействовать со сверстниками. Ему приходится тратить свой энергетический ресурс на проживание данной проблемы, выживание в обществе сверстников. Это подрывает психологическое здоровье ребенка, а в последующем и физическое. А за год до школьной жизни в игре должно быть много сюжетов про школу.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ!

В дошкольном детстве ваш ребенок должен поиграть в сюжетно-ролевые игры!



ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА – УЧЕБНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

В этом возрасте дети стремятся к знаниям, овладению навыками и умениями. Все свои знания и умения они получают через учебу, для них школа занимает важное место, а учитель является авторитетом. Вы, наверное, уже обратили внимание на то, что почти все дети в этом возрасте учатся хорошо, они гордятся своими достижениями, отличаются усердием.

ВАЖНО, чтобы родители были внимательными к школьной жизни ребенка, учителю. Если так случилось, что у Вас возникли вопросы к школе или учителю, не позволяйте обсуждать это при ребенке. Вы можете невольно заблокировать желание ребенка учиться, так как доверие к миру у ребенка формируется через родителей. Все вопросы и сомнения надо разрешать без вмешательства ребенка.

ВЕДУЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ ПОДРОСТКА ЯВЛЯЕТСЯ ОБЩЕНИЕ И УСТАНОВЛЕНИЕ БЛИЗКИХ ЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СО СВЕРСТНИКАМИ

Он уже не ребенок, но еще и не взрослый, поэтому он себя ощущает и в настоящем, и в будущем.



Мощная гормональная перестройка организма подростка способствует его эмоциональной и поведенческой нестабильности.

На первый план выходит общение со сверстниками. Ответы на вопросы о жизни он часто получает не от родителей, а от общения со сверстниками.

Для него важным становится мнение группы. Принадлежность к определенной группе сверстников придает подростку значимость. Контроль и помощь со стороны родителей отвергается. У подростка обостренное чувство справедливости. Его раздирают внутренние противоречия.

ВНИМАНИЕ! Родителям важно знать, что это еще и период формирования веры, идеологии. В этом возрасте, он должен во что-то верить, у него должны быть идеалы. Огромное влияние на это оказывают средства массовой информации.

Родители должны понимать, что если с детства семья не заложила в подростка духовные, нравственные и этические нормы, то именно в подростковом возрасте есть опасность, что найдется значимый взрослый, которого подросток оценит как важную фигуру и может последовать за ним, за его идеологией. Вопрос лишь в том, что это за «значимый взрослый» и куда за собой поведет?! В спортивную секцию? Секту? В группировку?

В современном обществе много опасностей. Но это не значит, что надо наших подростков изолировать от общества. Это значит, что родители должны быть рядом с подростком, интересоваться теми вещами, которыми интересуется Ваш подросток, за какую команду болеет? Какую музыку слушает? Какие фильмы смотрит? Что сейчас в моде? Общайтесь с его друзьями. Просите о помощи в чем-то, это повысит его значимость как перед собой, так и перед друзьями.

ВЕДУЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СТАРШЕКЛАСНИКА ЯВЛЯЕТСЯ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ

Юношеский возраст, по сравнению с подростковым, характеризуется повышением уровня самоконтроля, саморегуляции, но еще сохраняется психоэмоциональная неустойчивость. У него формируется мировоззрение, профессиональное самосознание. Изменяется отношение к школе, оно становится более практичным. Появляется большая избирательность к учебным предме-





там, а самое ценное то, что старший школьник перестает учиться «за отметку», ему важны сами по себе знания, и в значительной степени для выбора профессии.

Старшеклассник понимает, что выбор профессии – это еще и выбор жизненного пути в целом.

ВАЖНО ПОНИМАТЬ, что общение со взрослыми считается для старшеклассника важным лишь в том случае, если это общение ДОВЕРИТЕЛЬНОЕ.

Надо обратить внимание на важный факт – у старшеклассника очень высокий уровень тревожности. Это связано, безусловно, и со сдачей ЕГЭ.

Почти все старшеклассники переживают первую влюбленность – сильное, но не очень продолжительное эмоциональное переживание, хотя иногда оно переходит в серьезную, постоянную привязанность.

ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ! В ЭТОТ ПЕРИОД ЖИЗНИ ВАША ПОДДЕРЖКА ЖИЗНЕННО НЕОБХОДИМА ВАШЕМУ СТАРШЕКЛАССНИКУ:

- будьте искренним другом своему ребенку;
- всегда будьте готовы предложить свою помощь;
- постарайтесь регулировать негативные переживания и не переносить их на ребенка;
- обратите внимание на питание ребенка, во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов;

- если ваш ребенок влюбился, не допрашивайте его, лучше расскажите ему о том, какие чувства испытывали Вы сами в его возрасте;
- не запрещайте вашим подросткам увлекаться флэш-мобами, ходить на дискотеки. В период гормональной перестройки организм сбрасывает психоэмоциональное напряжение под ритмичную громкую музыку. Юноши, у которых есть такая позитивная возможность сбрасывать адреналин, реже вступают в ранние случайные половые связи, реже употребляют спиртное и курят сигареты, увлекаются наркотиками.

Компетентный родитель – это человек, который не испытывает страха за то, что он «плохой» родитель и не переносит чувство вины на своего ребенка.

Это человек, который видит реальную ситуацию, в которой растет его ребенок, и при необходимости, готов менять ее и меняться сам.

Это человек, которые знает, что если не помогает одно, надо пробовать другое.

Компетентный родитель понимает, что для благополучного развития ребенка надо меняться самому, пробовать, искать.

Многие современные родители испытывают потребность в своевременной и грамотной помощи в воспитании своих детей. Хорошими помощниками в формировании родительской компетентности являются детские психологи.

Радует тот факт, что в последнее время в обществе формируется культура взаимодействия с психологом. Многие семьи имеют постоянного консультанта.

Хочу призвать и Вас, уважаемые родители, найти психолога, которого сможете понять Вы и который поймет Вас и проблемы Вашей семьи, который, в случае необходимости, сможет оказать своевременную профессиональную психологическую помощь.





Татьяна Баширова
**АЗЫ РОДИТЕЛЬСКОЙ
КОМПЕТЕНТНОСТИ**

**Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное учреждение
Центр психолого-педагогического сопровождения «Росток»**

**Адрес:
420057 РТ, г. Казань, ул. Академика Королева, 46
Тел/факс: (843)563-35-16
e-mail : срprkrostok@mail.ru
Сайт: Росток116.рф**

**Тираж 1000 экз. Печать офсетная. Бумага мелованная.
Отпечатано в ООО «Фолиант»
420111 г. Казань, ул. Профсоюзная, 17в.**