

«Важность психологического комфорта в семье»

Нужно принимать поражения. В семье очень важно с маленького возраста приучаться к тому, что тебя любят любым. Все неудачи, поражения, сомнения необходимо разделить с кем-то, кто тебя поймет и поддержит. Вы можете также рассказать ребенку, что у вас что-то не выходит, как пример.

Необходимо создать ребенку чувство защищенности в семье. Он должен быть твердо уверен в том, что получит дома нужную защиту в лице взрослых – мамы и папы. Ведь в садике, а затем и в школе, институте педагог может защитить ребенка в случаях, когда ребенок просит об этом. Поэтому в семье даже без лишних слов он должен интуитивно чувствовать защиту мамы и папы. Можете поговорить с ребенком о том, что он всегда может просить у Вас помощи и это не стыдно и не нужно бояться показаться слабым.

Старайтесь меньше командовать, создавая атмосферу дружбы и игры. Родители - самые лучшие друзья – вот тот уровень, который нужно соблюдать. Можно в режиме «кто быстрее», «кто все сделает, будет дольше гулять» попросить ребенка помыть посуду, убрать игрушки и т. д.

Правильная критика. Конечно, бывает нужно поругать ребенка. Чтобы он не закрылся в себе и не потерял доверие к Вам, нужно ругать малыша, начиная с того, что Вы ребенка любите, он хороший и т.д., но есть поступки, которые Вас расстраивают, и чтобы быть лучше не надо совершать эти поступки в дальнейшем. То есть ругайте не самого ребенка, а его поступок.

Заведите себе традицию отмечать ваши личные праздники, такие, на которые хватает фантазии. Это может быть праздник вашей семьи, день дождя, красивого заката, день отдыха и т.д. Малышу очень понравится эта затея.

И помните – Ваш оптимизм, улыбка, безусловная любовь и есть основа здорового психологического климата в семье.

С уважением, педагог-психолог Дудник Т.А.