**Консультация для родителей**



Душевная жизнь человека чрезвычайно сложна, т.к. психика состоит из двух взаимоопределяющих составных: осознаваемое и несознаваемое – сознание и подсознание.

В неосознаваемой сфере очень важное значение имеет фиксированное отношение к себе, к другим и к жизни в целом. Определяют это установки и психологическая защита. Родителям особенно важно понять, какую роль в эмоционально-личностном развитии ребёнка играют родительские установки. Бесспорно, родители -  самые значимые и любимые для ребёнка люди. Авторитет, особенно на самых ранних этапах психоэмоционального развития, непререкаем и абсолютен. Вера в непогрешимость, правоту и справедливость родителей у ребёнка непоколебима: "Мама сказала….", "Папа велел…" и т.д.

В отличие от сформировавшейся личности, ребёнок не владеет психологическими защитными механизмами, не способен руководствоваться осознанными мотивами и желаниями. Родителям стоит осторожно и внимательно относиться к своим словесным обращениям к ребёнку, оценкам поступков ребёнка, избегать установок, которые впоследствии могут отрицательно проявиться в поведении ребёнка, делая его жизнь стереотипной и эмоционально ограниченной.

Установки возникают повседневно. Они случайны, слабы, другие принципиальны, постоянны и сильны, формируются с раннего детства, и, чем раньше они усвоены, тем сильнее их действие. Раз возникнув, установка не исчезает и в благоприятный для неё момент жизни ребёнка воздействует на его поведения и чувства. Оружием против негативной установки может стать только контрустановка, причём постоянно подкрепляемая положительными проявлениями со стороны родителей и окружающих. Например, контрустановка "Ты всё можешь" победит установку "Неумеха, ничего у тебя не получается", но только в том случае, если ребёнок будет действительно получать подтверждение своим способностям в реальной деятельности (рисование, лепка, пение и т.д.).

Несомненно, большая часть родительских установок положительна и способствует благоприятному развитию личного пути ребёнка. А раз они помогают и не мешают, то и осознавать их не обязательно. Это своеобразные инструменты психологической защиты, помогающие ребёнку сохранить себя и выжить в окружающем мире. Примером исторически сложившихся и передаваемых из поколения в поколение положительных установок, охраняющих человека, являются пословицы и поговорки, сказки и басни с мудрым адаптационным смыслом, где добро побеждает зло, где важны стойкость, вера в себя и свои силы.

Вам предложена таблица наиболее часто встречающихся негативных родительских установок. Обратите внимание на те последствия, которые они могут иметь для личности ребенка, и научитесь выдвигать контрустановки. Вспомните, не слышали ли вы нечто похожее от своих родителей? Не стали ли некоторые из них тормозящими указателями на вашем жизненном пути?

Проанализируйте, какие директивы, оценки и установки вы даёте своим детям. Сделайте так, чтобы негативных было очень мало, научитесь трансформировать их в позитивные, развивающие в ребёнке веру в себя, богатство и яркость эмоционального мира.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Негативные установки** |  | **Позитивные установки** |
| ***Сказав так:*** | ***подумайте о последствиях*** | ***и вовремя исправьтесь*** |
| «Не будешь слушаться, с тобой никто не будет дружить…» | Замкнутость, отчужденность, безынициативность, подчиняемость, угодливость, приверженность стереотип ному поведению | «Будь собой, у каждого в жизни есть друзья!» |
| «Горе ты мое!» | Чувство вины, низкая самооценка, враждебное отношение к окружающим, отчуждение, конфликты с родителями | «Счастье мое, радость моя!» |
| «Плакса-вакса, нытик!» | Сдерживание эмоций, внутренняя озлобленность, тревожность, глубокое переживание даже незначительных проблем, повышенное эмоциональное напряжение, страхи | «Поплачь,будет легче…» |
| «Вот дурашка, все готов раздать…» | Низкая самооценка, жадность, накопительство, трудности в общении со сверстниками, эгоизм. | «Молодец, что делишься с другими!» |
| «Не твоего ума дело!..» | Низкая самооценка, задержки в психическом развитии, отсутствие своего мнения, робость, отчужденность, конфликты с родителями | «А ты как думаешь?.**.»** |
| «Одевайся теплее, заболеешь!» | Повышенное внимание к своему здоровью, тревожность, страхи, частые простудные заболевания. | «Будь здоров, закаляйся!» |
| «Ты совсем, как твой папа (мама)…» | Трудности в отношении с родителями, идентификация с родительским поведением, неадекватная само оценка, упрямство, повторение поведения родителя | «Папа у нас замечательный человек!»«Мама у нас умница!» |
| «Ничего не умеешь делать, неумейка!» | Не уверенность в своих силах, низкая самооценка, страхи, задержки психического развития, безынициативность, низкая мотивация к достижению | «Попробуй еще, у тебя обязательно получиться!» |
| «Не кричи так, оглохнешь!» | Нарушения в психосексуальном раз витии, осложнения в межполовом общении, трудности в выборе друга противоположного пола. | «Скажи мне на ушко, давай пошепчемся…» |
| «Противная девчонка, все они капризули!» (мальчику о девочке) «Негодник, все мальчики забияки и драчуны!»(девочки о мальчике) | Нарушения в психосексуальном раз витии, осложнения в межполовом общении, трудности в выборе друга противоположного пола | «Все люди равны, но в тоже время ни один не похож на другого» |
| «Неряха, грязнуля!» | Чувство вины, страхи, рассеянность, невнимание к себе и своей внешности, не разборчивость в выборе друзей | «Как приятно на тебя смотреть, когда ты чист и аккуратен!» |
| «Ты плохой, обижаешь маму, я от тебя уйду к другому ребенку!..» | Чувство вины, страхи, тревожность, ощущение одиночества, нарушения сна, отчуждение от родителей, «уход» в себя или «уход» от родителей | «Я никогда тебя не оставлю, ты самый любимый!» |
| «Жизнь очень трудна: вырастешь – узнаешь!..» | Недоверчивость, трусость, безволие, покорность судьбе, неумение преодолевать препятствия, склонность к несчастным случаям, подозрительность, пессимизм. | «Жизнь интересна и прекрасна! Все будет хорошо!» |
| «Уйди с глаз моих, встань в угол!» | Нарушения взаимоотношений с родителями, «уход» от них, скрытность, недоверие, озлобленность, агрессивность. | «Иди ко мне, давай во всем разберемся вместе!» |
| «Не ешь много сладкого, зубки будут болеть и будешь то-о-олстая!» | Проблемы с излишним весом, больные зубы, самоограничение, низкая самооценка, неприятие себя. | «Кушай на здоровье!» |
| «Все вокруг обманщики, надейся только на себя!» | Трудности в общении, подозрительность, завышенная самооценка, страхи, проблемы сверхконтроля, ощущение одиночества и тревоги | «На свете много добрых людей, готовых тебе помочь…» |
| «Ах ты, гадкий утенок! И в кого ты такой некрасивый!» | Недовольство своей внешностью, застенчивость, нарушения в общении, чувство беззащитности, проблемы с родителями, низкая самооценка, неуверенность в своих силах и возможностях | «Как ты мне нравишься!» |
| «Нельзя ничего самому делать, спрашивай разрешения у старших!» | Робость, страхи, неуверенность в себе, безынициативность, боязнь старших, несамостоятельность, нерешительность, зависимость от чужого мнения, тревожность. | «Смелее, ты все можешь сам!» |
| «Всегда ты не вовремя, подожди…» | Отчужденность, скрытность, излишняя самостоятельность, ощущение беззащитности, ненужности, «уход» в себя, повышенное психоэмоциональное напряжение | «Давай я тебе помогу!» |
| «Никого не бойся, никому не уступай, всем давай сдачу!» | Отсутствие самоконтроля, агрессивность, отсутствие поведенческой гибкости, сложности в общении, проблемы со сверстниками, ощущение все-дозволенности. | «Держи себя в руках, уважай людей!» |

Естественно, список установок может быть значительно больше. Составьте свой собственный и попытайтесь найти контрустановки, это очень полезное занятие, ведь сказанное, казалось бы, невзначай и не со зла, может "всплыть" в будущем и отрицательно повлиять на психоэмоциональное благополучие ребёнка, его поведение, а нередко и на его жизненный сценарий.

**Как часто вы говорите детям:**

Я сейчас занят(а)…

Посмотри, что ты натворил!!!

Как всегда неправильно!

Когда же ты научишься!

Сколько раз тебе можно повторять!

Ты сведёшь меня с ума!

Что бы ты без меня делал!

Вечно ты во всё лезешь!

Уйди от меня!

Встань в угол!

Все эти "словечки" крепко зацепляются в подсознании ребёнка, и потом не удивляйтесь, если вам не нравится, что ребёнок отдалился от вас, стал скрытен, ленив, недоверчив, неуверен в себе.

**А эти слова ласкают душу ребёнка:**

Ты самый любимый!

Ты очень многое можешь!

Что бы мы без тебя делали?!

Иди ко мне!

Садись с нами…!

Я помогу тебе…

Я радуюсь твоим успехам!

Что бы не случилось, наш дом – наша крепость.

Расскажи мне, что с тобой…

Чувства вины и стыда ни в коей мере не помогут ребёнку стать здоровым и счастливым. Не стоит делать его жизнь унылой, иногда ребёнку вовсе не нужна оценка его поведения и поступков, его просто надо успокоить. Сам ребёнок – не беспомощная "соломинка на ветру", не робкая травинка на асфальте, которая боится, что на неё наступят. Дети от природы наделены огромным запасом инстинктов, чувств и форм поведения, которые помогут им быть активными, энергичными и жизнестойкими. Многое в процессе воспитания детей зависит не только от опыта и знаний родителей, но и от их умения чувствовать и догадываться!

***Все эти «негативные словечки» крепко зацепляются в подсознании ребенка, и потом не удивляйтесь, если вам не нравится, что ребенок отдалился от вас, стал скрытен, ленив, недоверчив, неуверен в себе.***

Не стоит делать его жизнь унылой, иногда ребенку вовсе не нужна оценка его поведения и поступков, его просто надо успокоить. Сам ребенок — не беспомощная «соломинка на ветру», не робкая травинка на асфальте, которая боится, что на нее наступят.

Дети от природы наделены огромным запасом инстинктов, чувств и форм поведения, которые помогут им быть активными, энергичными и жизнестойкими.

***Многое в процессе воспитания детей зависит не от опыта и знаний родителей, а от их умения чувствовать и догадываться.***

***Так догадывайтесь! Успехов Вам и Вашему ребенку!***