

Стратегия воспитания школьника

Когда ребенок идет в школу, для вас может стать облегчением то, что он больше времени общается со сверстниками, особенно если вы работаете. С другой стороны, проводя слишком много времени врозь, вы отдаляетесь друг от друга. Возможно, вы этого еще не замечаете, но ваше влияние на ребенка уже начинает ослабевать и в своем поведении он все больше берет пример с одноклассников и друзей.

Ваша цель на последующие несколько лет – построить прочные взаимоотношения с ребенком, которые станут противовесом влиянию сверстников. Когда ребенок перейдет в подростковый возраст, эта основа будет очень важна.

Итак, что же должна включать в себя стратегия воспитания ребенка школьного возраста?

1. Сохраняйте связь с ребенком

В школьном возрасте ребенок настолько привязан к сверстникам, что за целые выходные вы можете увидеть его всего несколько часов. Не предлагайте ему поиграть в компьютерные игры, пока занимаетесь домашними делами. Вместо этого просто проведите немного времени с ребенком, ничего не делая. Так вы закладываете основу для хороших взаимоотношений с ним.

2. Разработайте семейные ритуалы, которые укрепляют связь с ребенком

Семейные ужины, совместные походы в магазин на выходных, подготовка костюмов к новогоднему утреннику и многое другое – все это способствует укреплению связи с ребенком. Однако вам стоит превратить эти события в определенный ритуал, чтобы ребенок ждал их с нетерпением.

3. Учитывайте, сколько самостоятельности необходимо вашему ребенку

У разных детей разная потребность в самостоятельности. Помните: после периодов повышенной самостоятельности, когда ребенок должен вести себя «как взрослый» (например, начать спать отдельно от родителей в своей комнате), его детское «я» требует повышенного внимания. Не настаивайте на том, чтобы он всегда вел себя как взрослый.

4. Помогите ребенку развить навыки решения проблем и общения

Постоянные пререкания с детьми очень утомительны для родителей. Некоторые думают, что секрет воспитания заключается в том, чтобы ни в чем не уступать ребенку. Но разве вы хотите, чтобы ваш ребенок всю жизнь следовал чьим-то указаниям и подчинялся кому-то? Если это так, вы подвергаете его риску давления со стороны сверстников. Более того, дети, которые беспрекословно подчиняются, делают это и во

взрослом возрасте. Под давлением такие люди могут даже совершать преступления. Если вы хотите, чтобы ребенок взял на себя ответственность за свое поведение, он должен научиться думать самостоятельно.

Никто из родителей не хочет, чтобы их ребенок чувствовал себя бессильным. Вы хотите, чтобы ребенок знал, что его слова и решения важны. Должен ли он ныть и выпрашивать желаемое? Конечно, нет. Вместо этого стоит объяснить ребенку, что, во-первых, он должен аргументировать свою просьбу, и, во-вторых, она настолько же важна для вас, как и для него. Этим нельзя пренебрегать, если вы хотите, чтобы ваш ребенок многого достиг в жизни.

Учить ребенка общаться и договариваться – не значит позволять ему капризничать и идти у него на поводу. Это подразумевает, что вы всегда можете сказать «нет» и ребенок будет вынужден считаться с этим. Если ребенок желает, чтобы вы изменили решение, он должен аргументировать свою просьбу и переубедить вас. В большинстве случаев вы можете вместе найти компромиссное решение. От этого выиграете вы оба.

5. Прививайте ребенку привычки здорового питания

Ребенок должен обращать внимание на то, насколько здоровым является его питание. Достаточно ли он употребляет овощей и фруктов? Достаточно ли в его рационе белков и углеводов? Прежде всего, вам стоит подать ему хороший пример в организации здорового питания. Читайте состав продуктов на упаковках. Не приучайте ребенка к диетам – это чаще всего приводит к последующему перееданию. Если ребенок захочет перекусить в течение дня, давайте ему здоровые закуски, например, яблоки, сыр или морковь. Если вы сможете привить ребенку привычки здорового питания с раннего возраста, они останутся у него на долгие годы.

6. Не перегружайте ребенка

Многие родители стремятся занять все свободное время ребенка разными занятиями. Они отдают детей в спортивные секции, кружки, музыкальные и художественные школы и т.д. Если ребенок ничем не занят, родители чувствуют себя виноватыми.

В выходной день позвольте и себе, и детям ничего не планировать. Разрешите им играть, рисовать или заниматься тем, чем они захотят. Такие неспешные дни, проведенные в семейном кругу, необходимы для крепкой эмоциональной связи между вами и детьми.

7. Ограничивайте использование электронных устройств

Приучите ребенка читать книги – и он не будет слишком зависим от электронных устройств. Но если компьютер забирает у ребенка много времени, может возникнуть зависимость, с которой будет очень сложно справиться. Разумеется, компьютер нужен ребенку и для обучения, но чаще дети используют его для развлечения. Если вы стремитесь, чтобы в жизни ребенка оставалось место для множества других интересных занятий и не хотите, чтобы к подростковому возрасту у него появилась компьютерная зависимость, вам нужно ограничить использование ребенком компьютера.

То же самое касается и мобильных телефонов. Если ребенок ходит в школу с вами, супругом или кем-то из взрослых, кому вы доверяете, и у него нет необходимости звонить вам, мобильный телефон ему не нужен. Электроника только создает ребенку ситуации, к которым он еще не готов.

8. Убедитесь, что друзья ребенка хорошо учатся

Когда ребенок учится в средних классах, его отношение к учебе во многом формируется под влиянием сверстников. Усилия, которые ребенок прилагает к обучению, его успеваемость часто такие же, как и у его друзей. Поэтому, если вы хотите, чтобы ваш ребенок учился хорошо, убедитесь, что его приятели ценят учебу. Однако во многом отношение к учебе у детей формируется дома. Поэтому ребенок ищет друзей из семей, в которых тоже ценят обучение.

9. Обращайте внимание на взаимоотношения ребенка со сверстниками

Чем старше становится ребенок, тем большее влияние на него оказывают сверстники. Они во многом влияют на то, кем станет ребенок в будущем. У детей, которых не принимают или над которыми насмехаются сверстники, может развиваться комплекс неполноценности, сохраняясь у них на долгие годы. Если в классе ребенок выступает в роли «умника» или весельчака, это тоже будет ограничивать его в будущем.

Убедитесь, что ребенок достаточно общается со сверстниками и хорошо с ними ладит. Способствуйте тому, чтобы ваш ребенок не чувствовал себя лишним в своей компании. Однако если это ставит под угрозу ценности вашей семьи (например, ваша десятилетняя дочь одевается слишком вызывающе), вам не стоит идти на компромисс.

10. Устраивайте семейные встречи

Регулярно собирайтесь со своей семьей за одним столом. Во время таких встреч хорошо обсуждать ваши достижения, обиды, разногласия или любые другие темы, волнующие членов вашей семьи. Помогите детям почувствовать, что вся семья заботится о них и ценит их мнение. Во время таких встреч полезно будет договориться об

определенных правилах. Например, говорить нужно по очереди, не перебивая другого человека. Для этого можно использовать какой-либо предмет: говорит только тот, у кого этот предмет в руках.

Если ребенок не хочет участвовать в семейных встречах, придумайте для него дополнительную мотивацию (например, испеките пирог).

11. Делайте акцент на ценностях

Во многих семьях никогда не говорят о ценностях напрямую. Это значит, что семейные ценности не могут противостоять ценностям, которые ребенок усваивает из современной культуры. Поэтому сейчас пришло время задуматься о том, какие семейные ценности вы хотите передать ребенку. Найдите способ обсуждать с ребенком ценности в повседневной жизни.

12. Выходите за пределы дисциплины

Многие родители воспитывают ребенка, основываясь на принципах силы. Да, дисциплина помогает научить ребенка многим важным вещам. Но главное для вас – воспитать ребенка так, чтобы он сам принимал правильные решения. И для этого важна эмоциональная связь, а не контроль. Поэтому лучшая стратегия дисциплинирования – это близкие отношения между вами и детьми, четкие границы и ваша поддержка.