

ЧТО ЗНАЧИТ ПРИНИМАТЬ РЕБЕНКА ТАКИМ, КАКОЙ ОН ЕСТЬ?



Очень часто родители из самых благих, наверное, побуждений, так ведут себя по отношению к своему ребёнку, что это очень сильно вредит ему.

Часто ребёнка:

- Критикуют. Видимо из соображений, что критика сделает ребёнка лучше.
- Одёргивают. Опять же, вероятно, из соображений, что одёргивая ребёнка, родитель помогает ему становиться лучше.
- Делают замечания. Опять же, предполагаю, из тех же благих побуждений.

Но увы, все эти действия: и критика и одёргивания и замечания вызывают у ребёнка чувства стыда, что он какой-то не такой, какой-то не правильный, не уместный, чувство вины, что он

делает что-то не так. И всё это способствуют тому, что ребёнок чувствует себя:

- 1) не любимым;
- 2) не таким, как родителям хотелось;
- 3) не способным ни на что и т.п.

В общем, благодаря таким действиям родителей, у ребёнка формируется отношение к себе, как:

- 1) к бестолковому;
- 2) к неправильному;
- 3) к неспособному ни к чему и т.п.

Как вы думаете – помогает ли такое отношение ребёнку быть уверенным в себе и уметь справляться с различными трудностями? Согласитесь, что вряд ли.

Что же это означает «принимать» ребёнка?

Важно принимать ребёнка таким, какой он есть. С его эмоциями, переживаниями, способностями, возможностями, с его темпераментом, с его темпом.

А так же важно принимать ребёнка с теми его желаниями, потребностями, которые стоят за его эмоциями и переживаниями. Важно принимать ребёнка с его интересами.

А часто происходит так, что родители пытаются переделать ребёнка, впихнуть его в какие-то свои ожидания от него. И, как правило, эти ожидания связаны с тем, что сам родитель не смог сделать или достичь в своей жизни. И тогда на ребёнка он

возлагает такие надежды. Что вот теперь-то его ребёнок обязательно должен этого достичь! Вот теперь-то родитель постарается и сделает всё возможное, чтобы ребёнок этого достиг!

А ещё у некоторых родителей есть убеждение, что ребёнок изначально какой-то неправильный и его надо обязательно исправлять. Подгонять под какие-то рамки.

Говоря про принятие ребёнка с его эмоциями и переживаниями - это значит разрешать ребёнку злиться, плакать, кричать (если этот его крик не сильно мешает окружающим). Это значит, замечать, из-за чего ребёнок злится. И помогать ему разобраться с этим, сказав ему, например: «Ты сейчас злишься. Наверно потому что...». Это значит, замечать из-за чего ребёнок плачет. И помогать ему разобраться с этим, сказав ему, к примеру: «Тебе сейчас грустно потому, что...» Или: «Ты сейчас расстроен потому, что...». Или: «Тебе больно...» (если ребёнок ударился и ему просто больно, и он плачет от боли).

Бывает часто, что маленький ребёнок кричит от радости и ему очень сложно молчать, если его распирают эмоции радости. И тогда можно разделить с ним его радость, сказав, например: «Я вижу, как ты радуешься тому, что...» И «Я тоже радуюсь вместе с тобой». Это далеко не все эмоции, с которыми сталкивается как ребёнок, так и любой человек. Есть ещё чувство вины, стыда, отвращения, ревность, зависть и многие другие неприятные чувства. И важно ребёнка принимать и с этими чувствами тоже.

И таким образом, вы принимаете ребёнка со всеми его эмоциями и переживаниями. И помогаете ему заметить его важные потребности, стоящие за этими эмоциями.

Очень часто родители предъявляют к ребёнку завышенные требования к тому, чтобы он что-то делал. А он в силу своего возраста или своих способностей или темперамента, не может этого сделать пока. Или у него к этому вообще нет способностей.

Может быть, ребёнок в силу своего темперамента очень медлительный или наоборот очень активный. И важно это учитывать и не укорять, не осуждать и не критиковать ребёнка за это. Важно дать возможность ребёнку быть таким, какой он есть. И это принятие позволит проявляться и развиваться его способностям, его возможностям. Особенно, если ребёнка поддерживать в том, что у него хорошо получается. Поддерживать – это значит одобрять, хвалить, выражать радость за его успехи и удачи.

Важно учитывать то, к чему ребёнок проявляет интерес. Это значит, можно предлагать ребёнку пробовать разное. Но не всё ему может подойти. Если у ребёнка есть интерес к спорту, то может быть важно по возможности попробовать разные секции и разных тренеров. Может быть с одним тренером ребёнку не понравится, а с другим ему будет очень хорошо. Важно не давить на ребёнка в том, чтобы он занимался тем, что вы считаете нужным. А выбирать для него то, что ему доставляет радость и интерес.

По сути, принятие ребёнка – это залог раскрытия и развития его потенциала: его способностей, его возможностей. Это залог того, что в его настоящей детской жизни и во взрослой жизни ребёнок и в будущем взрослый человек сможет достаточно легко справляться с различными трудностями. Не погружаясь и не проваливаясь в какие-то сильные переживания, которые не дают ему возможность справляться с этими трудностями, тормозят дела и отнимают много сил.

Уважаемые родители, у вас всегда есть выбор принимать своего ребёнка, и, тем самым, помогать ему быть более уверенным в себе. Или критиковать его, одёргивать и переделывать, погружая его в чувства стыда, вины и неуверенности в себе и в своих силах. И всегда можно начать делать что-то по-другому, даже если раньше вы делали всё иначе.

Автор: детский психолог Лариса Вельможина

