

# ДА ОТВОРИМ ДЕЦАТА КЪМ СВЕТА

През първите три години от живота си детето не би оцеляло, ако трябва само да се грижи за себе си. То възприема родителите си като част от себе си и временното им отсъствие се изживява от него болезнено; то счита, че е изоставено, чувства несигурност за живота си.

След тази възраст обаче, детето започва да осъзнава себе си като нещо отделно и цяло, със собствени неповторими дарби и черти на личността. Това се нарича отделяне и индивидуализация и е едновременно физически и емоционален процес.

Родителите могат да засилят или да потиснат този процес. Ако децата усещат, че са приемани и подкрепяни, поне през по-голямата част от времето, спокойно ще покажат на света истинското си Аз.

Те си казват: „Няма нищо лошо да съм това, което съм”. И „Обичат ме заради това, което съм”.

Отворено ли е вашето дете?

## **1. Чувате ли вашето дете често да казва: ”Мога...” или „Зная...”?**

Ако отговорът е „Не” – детето ви е лишено от усещането, че е компетентно, че може да вярва в собствените си сили.

Ако вие постоянно вършите неща вместо детето си, страхувайки се, че то няма да се справи само, вие не насърчавате самостоятелността му и то се научава да разчита на вас, а по-късно на другите. Става неинициативно и неуверено. Въръжете се с малко търпение. Не му помагайте в случаите, когато то може да се справи само: когато детето е по-малко – да се срене, да завърже обувките си, да закопчае дрехите си; когато е по-голямо – да подреди пъзела, играчките си и т.н. Не го „спасявайте” при всяко затруднение. То има нужда да е независимо и да знае, че може да разчита на себе си.

## **2. Сравнявате ли детето си с чуждите деца? Казвате ли му неща от рода на: „Виж твоето приятелче как си пази играчките, а ти...” или „Не можа ли и ти като него да бъдеш по-...”?**

Ако отговорът е „Да”, вие рушите самоуважението на детето. Сравнявайки го с другите, вие все едно му казвате: ”Ти не си достатъчно добър!”

Приемете детето си такова, каквото е, и не го карайте да бъде като другите. Може чуждото дете да е по-сръчно от вашето или да пее по-добре, но да не му се удават куп

други неща, които вашето дете умее. Насърчавайте стремежите, желанията и талантите му. Не сравнявайте никога детето си с другите деца!

### **3. Давате ли възможност на детето си да решава само?**

Ако отговорът е „Не”, детето остава с впечатление, че решенията му не са достатъчно правилни. Дори вие да сте съгласни с детската молба, много по-добре е да оставите детето само да решава.

Кажете му: „Както ти прецениш! Както ти решиш!” Дайте му да разбере, че неговото мнение е важно. Така ще създадете чувство на отговорност у детето и ще повишите самочувствието му.

### **4. Стремите ли се детето ви да е идеално? Казвате ли му винаги: „Можеш и по-добре” или „Искам още, това не е достатъчно”**

Ако отговорът е „Да”, съществува опасност изискванията ви към детето да преминават извън неговите възможности. Ако никога нищо не е достатъчно добро за вас, детето ще има усещането, че не може да задоволи очакванията ви и че се е провалило.

Ако например детето ви ходи на уроци по пиано, упражнява се в къщи, а вие крещите от спалнята: „Не така! Внимавай с темпото, избързваш!” или рисува зелено коте, а вие казвате: „Няма такова коте. Нарисувай го сиво!”, ще му внушите, че не го бива за нищо и ще убиете творческото му мислене.

Не поправяйте всеки миг детето си и не изтъквайте непрестанно грешките му. Не моделирайте детето според идеалния образ в представите си. Обичайте детето си такова, каквото е, а не такова, каквото бихте искали да бъде.

### **5. Как реагирате, когато детето ви ядоса?**

Ако наричате детето си „тъпо”, то постепенно ще започне да вярва в това. Ще реши, че наистина е глупаво и ще избягва да прави каквото и да било, за да няма в какво да сбърка. Ще се затвори в себе си.

Ако използвате сарказъм, ще предизвикате у децата отмъстителност. Физическото наказание е недопустимо. Поуката, която детето си извлича, е: „Щом си ядосан бий!” Възпитавате агресивност. Упреци и заплахи от вида на: „Ах, ти, лошо момче! Ако още веднъж удариш сестричката си, ще ти счупя главата!” детето възприема сериозно и го обхващат мрачни мисли.

Когато сте ядосани, просто посочете причината за гнева си: „Вбесявам се, като те видя, че удряш сестричката си! Няма да ти позволя да я тормозиш!” Нищо повече. Не е

необходимо да уточнявате какво мислите за качествата на детето, като например колко е мързеливо, егоистично, безразсъдно и т.н.

### **6.Стреми ли се детето ви непрекъснато към вашето одобрение?**

Ако сте родител, който се увлича в амбициите си за успеха на детето си, ако показвате удовлетвореност, само когато детето Ви „изглежда добре” пред света и го корите винаги, когато греша, има вероятност, детето да потиска чувствата си и да изразява само онова, което се очаква от него, за да не Ви разочарова и да не загуби обичта Ви, ако претърпи провал.

Ако за Вас не е достатъчно детето Ви да е просто „Вашето дете”, а изпитвате необходимост да е „Вашето дете, което...(участва едн къде си, постигна или умее едн какво си)” и именно неговите постижения са извор на радостта Ви, а не самото присъствие на детето и неговото излъчване, то ще изгради фалшиво Аз и самоуважението му ще е резултат единствено на постиженията му.

*Необходимо е детето да разбере, че то може да бъде добър, любвеобилен човек, който понякога жадува да бъде уважавано за това, което е, а не възхвалявано за това, което прави.*