

10 родителски грешки, които разглезват децата



Психолозите твърдят, че разглезените деца показват склонност към депресии, емоционални разстройства, свързани с дефицит на внимание и затлъстяване през пубертета. Ако от рано обаче родителите влязат в ролята на правораздавателен орган, който освен да постановява и да прилага ясни правила в ежедневно общуване с детето, то вероятно могат да си спестят много главоболия, а на детето си редица модерни занимания с психоаналитици и диетолози.

Възпитанието освен ясни правила, изисква и ясно поставени роли в семейството. Ако детето се чувства в достатъчно силна позиция, заради това, че родителите му изпитват вина пред него заради твърде високата си професионална ангажираност или защото са изтощени и искат просто да бъдат оставени на мира, те могат лесно да попаднат в собствения си капан, предоставяйки на детето си неща, които знаят, че то желае или които те самите винаги са искали да притежават, но никога не са имали. Границата между това да бъде едни родител твърде строг и прекалено мекушав към детето си, е изключително тънка. Да намерят баланса между двете крайности за повечето родители е изключително трудна задача, а понякога това се случва неосъзнато.

Причините за разглезването на едно дете са много. Повечето от тях са свързани с чувството за вина у родителите. Вина, заради извънредните часове, прекарани в офиса, командировките, липсата на свободно време и сили за семейни забавления, непоследователност в прилагането на родителските правила, а често и желанието да бъде зарадвано детето с играчка или предмет, които родителят сам силно е желал като дете, но никога не е притежавал. Независимо коя от причините води след себе си нарушаването на правилата, всеки родител трябва да прави самооценка на поведението си, което най-вероятно е причина за разглезването на детето. Тази самооценка трябва

да идентифицира открито отрицателното поведение, което на практика работи срещу правилното възпитание на детето.

Ето 10-те основни грешки, които възрастните често допускат по отношение на възпитанието на собствените си деца:

1. Прекалено много часове пред телевизионния екран

Колкото повече време детето прекарва пред телевизора, толкова по-голям за него е риска от затлъстяване, от поведенчески кризи, депресия и проблеми с концентрацията. Независимо колко сте ангажирани професионално, насърчаването на занимания извън обсега на телевизора и компютъра, и игри на открито трябва да е първостепенна грижа.

2. Храната за награда?

Родителите са склонни да награждават децата си с нездравословни храни за добро поведение или просто за липса на лошо такова. Това е изключително порочна практика, която може да изгради съвършено неправилен подход към храненето въобще. Храната изобщо не бива да се дава като награда, а храни като сладолед, бонбони, шоколади, снаксове и чипсове изобщо трябва да бъдат забравени, освен в инцидентни случаи и по никакъв начин не бива да са обвързани с поведението.

3. Проблеми със споделянето

От изключителна важност е родителите да научат детето си да споделя. Това ще насърчи социалните му взаимоотношения с връстниците му, а също ще подпомогне изграждането на трайни връзки и приятелства в по-зряла възраст. Първите уроци за споделяне са в семейството. Детето трябва да се науча да споделя с родителите си, с братята и сестрите си. Само така то няма да израсне в изолация и няма да е егоистично настроено спрямо другите.

4. Не показвайте пред децата си кой е „шефа“ в семейството

В различни ситуации трябва всеки един от родителите да е способен да поеме ролята на „шефа“. Децата трябва да има респект и към двамата си родители, защото в противен случай, те могат да манипулират единия за сметка на другия. Затова никой от двамата родители не бива да проявява моменти на слабост или колебание или да се опитва да доминира над другия родител, защото децата безпогрешно се ориентират и долавят подобни сигнали, и изобщо не биха се поколебали дали да ги използват в своя полза.

5. Трябва да можете да казвате „Не“

Това е много важна част от речника на родителите и децата трябва да знаят какво означава тя. Когато се каже „не“, вашето дете трябва да знае, че това е окончателно и не подлежи на повече коментари. Понякога е трудно и за родителите да отстояват докрай „не“-тата си, но колкото по-малко отстъпват, толкова по-добре е това за бъдещето на децата им.

6. Нездравословна привързаност

Не бива да създавате усещане у децата си, че сте на тяхно разположение по всяко време и на всяко място. Те трябва да знаят, че имате задължения извън дома, трябва да ги уважават и да се съобразяват с тях от малки. Това ще им помогне да се отнасят с нужното уважение и респект към хората, които се грижат за тях в часовете, в които вие отсъствате.

7. Откликват на всеки повик за помощ

Насърчаването на чувството за независимост и самостоятелност у децата е от съществено значение за изграждането им на самостоятелни личности.

Децата трябва да знаят, че могат да разчитат на родителите си, когато срещат затруднения в писането на домашните или когато трябва да свършат определена домашна задача, но е добре родителите да не откликват при всеки дребен повик от страна на детето. Само така то ще се опитва да свърши задачите си само и ще се научи на самостоятелност и отговорност.

8. Децата нямат никакви домакински задължения

Когато децата пораснат достатъчно, за да се включват в домакинските задължения е важно те да разберат за тях и да ги изпълняват осъзнато. Възрастта за въвеждане в тези задължения е строго индивидуална, но първите опити могат да са още на 4-5 годишна възраст. Без значение дали ще разтребят масата, изхвърлят боклука, заредят пералнята или съдомиялнята – няма значение, децата трябва да са наясно, че са равнопоставени членове на семейството и че като такива те освен права имат и семейни задължения.

9. Позволявате на детето си да се държи непристойно на обществено място

Децата имат своите моменти на нетърпеливост, нервни изблици и избухвания, но ако вие имате притеснения да ги взимате със себе си на обществени мероприятия и други събития, защото се опасявате, че ще се тръшкат и глезят или че има опасност да ви прекъсват или да говорят неща, които не бихте искали другите да чуват, то определено имате проблем. Основно правило тук е, да научите детето, че когато е в компанията на възрастни, то трябва да уважава вашите събеседници, да не ви прекъсва и да е съдържано.

10. Купувате му играчки без повод

Подаръците без повод са по-сладки дори от онези, които очакваме по Коледа, но това не означава, че всяко закъснение или прибиране от командировка трябва да бъде изкупено с поредната играчка, която скоро след това ще бъде захвърлена в килера при всички останали. Особено неправилно е да се купуват играчки с цел да се избегне или потуши нервен изблик или моментен каприз. Спонтанните подаръци биха имали смисъл единствено ако има конкретен повод или причина за награда, с цел да се поощри положителна постъпка или поведение.

Публикувано в: [Полезно](#)