

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
"Центр развития ребёнка - детский сад № 233"

Консультация для родителей  
«Как вырастить счастливого ребенка?»

Подготовили воспитатели  
Аненкова А.С., Каширова Т.Ф.

Как же вырастить ребенка счастливым? Не умным, не начитанным, не талантливым, не послушным, а именно счастливым? Напрашивается простой ответ: «Самое главное – крепко любить свое чадо». Обсуждать это мнение не имеет смысла. Каждый родитель любит своего кроху. Но, что конкретно могут сделать родители, чтобы воспитать ребенка счастливым?

Воспитание – это не всегда целенаправленная учеба, зачастую родительский пример намного важнее. Хотите, чтобы дети были счастливы? Будьте счастливы сами. Когда мама и папа доброжелательны, радуются жизни, меняют мир к лучшему, занимаются любимым делом, малыш начинает повторять за ними.

Совет одновременно прост и сложен – учите ребенка смотреть на окружающий мир с уверенностью и оптимизмом. Оскар Уайльд говорил: «Красота в глазах смотрящего». Вспомните, что замечаете вокруг? На что вы обращаете внимание? На снежные заносы или красивые шапки снега на деревьях? На весеннюю слякоть или птичьи трели? На гул машин или веселый детский смех? Научите ребенка видеть и, самое главное, отмечать положительные моменты. Поиграйте в игру: вечером садитесь рядышком и вспоминайте 10 хороших случаев за прошедший день.

Часто можно услышать любопытный совет – эксперты учат мам сдерживаться, не кричать, улыбаться, не показывать свою злость и раздражение. Конечно, улыбка – это замечательно, но, если только она идет от сердца. Дети прекрасно чувствуют мамино настроение, от них не скроешь, что, несмотря на бравый вид, внутри родительница кипит от злости. Подобное несоответствие смущает и пугает детей. Сложно будет научить ребенка выражать эмоции, если вы сами их скрываете. Поэтому смейтесь, если вам весело, хмурьтесь, если сердиты, печальтесь, если вам грустно, объясняя ребенку, почему вы испытываете эти чувства. И попутно учите его правильно рассказывать о своих переживаниях: «Ты злишься на меня, так как я не купила тебе машинку». Так вы передадите детям умение «читать» свои и чужие эмоции.

В психологической литературе встречаются любопытные исследования. Так, ученые предлагали детям задания разного уровня сложности. Дети чересчур требовательных родителей, боясь не оправдать маминых ожиданий, предпочитали самые легкие задачи, с которыми бы они точно справились. Ребята, которых родители хвалят и поощряют их опыты и старания, смело

брались за сложные упражнения. Детство создано для экспериментов. Ребята пробуют различные вещи, попутно совершая ошибки. Поэтому не ругайте и не критикуйте за неправильно совершенное действие.

Поговорите с ребенком, объясните ему, что он сделал не так и что нужно исправить. Лишь в этом случае ваше чадо не будет бояться нового, наоборот, станет стремиться к следующим свершениям.

У детей присутствует естественная потребность ощущать себя нужным и значимым. Пусть малыш с ранних лет понимает, что он вносит пусть крохотный, но важный вклад в домашний уют. Это не просто сделает его счастливым, но и значительно повысит самооценку.

Главное занятие для детей – играть. А совместные игры замечательно сближают родителей и малышей. С помощью обычных кукол и медвежат можно многому научить кроху, избавить его от страхов, найти новых друзей. Поэтому отложите в сторону телефон, ноутбук, поварешку, выкроите хотя бы полчаса в день и посвятите это время только своему чаду. Поиграйте с ним!

Если вы хотите сделать ребенка счастливым, научите его общаться, договариваться, защищать себя, выходить с высоко поднятой головой из конфликтных ситуаций. Счастье, в том числе, это и умение наладить отношения с окружающими людьми.

Важный пункт в воспитании детей – режим дня. Он не только помогает ребенку почувствовать время, но и дисциплинирует его. Разработайте правильный распорядок дня для всех домочадцев и старайтесь строго его придерживаться. Нужно вставать в семь утра? Не делайте из этого трагедию – надо, так надо. Люди, которые не испытывают проблем с самоорганизацией, добиваются гораздо больших успехов в учебной деятельности и в работе. Такой человек лучше справляется с нагрузками, трудностями и стрессами.

Распорядок дня – это, конечно, замечательно, однако счастливое детство складывается и из разных приятных мелочей.

Это может быть торт на выходных, большой воздушный шарик, совместное приготовление ужина, просмотр любимого мультлика. Не забывайте и о новых впечатлениях. Ходите в зоопарк, прогуляйтесь по красивым осенним улочкам, загляните в местный краеведческий музей, сходите в кинотеатр. Помните, что именно от вас зависит, каким будет детство вашего чада – полным приятных впечатлений или скучным и однообразным.

Большинство вредных привычек люди получают в раннем детстве. Пожалуй, самая распространенная – это неправильное питание. Оно чревато ожирением, диабетом и другими проблемами со здоровьем. Если вы хотите сделать ребенка счастливым, постарайтесь привить ему полезные привычки. Лучше всего это сделать на собственном примере. Введите «здоровые правила», к примеру, нельзя есть перед компьютером или телевизором.

Научно доказано, что дети часто переедают во время компьютерных игр и просмотра телепередач. Можно ввести традицию общих ужинов, к тому же

детям понравится совместное приготовление блюд. Главное, чтобы продукты и еда были полезными!

Жизнь каждого ребенка заиграет новыми красками, когда у него появится домашний питомец. Кошки и собаки помогают детям лучше изучить мир, заботиться о других, помогать ближним. Ведь истинное счастье порой заключается в умении дарить свою любовь и делиться теплыми эмоциями.

Кроме того, домашние животные особенно показаны тем семьям, в которых подрастают застенчивые и замкнутые малыши. Также забота о питомце поможет сделать кроху более ответственным. Да, хлопот с появлением в доме пушистого друга прибавится, однако сколько радости и нежности он принесет вашему чаду!

Безусловно, нельзя найти единственно точный и универсальный способ воспитания счастливых детей. Если говорить кратко, то для счастья ребенку необходимы любящие родители, друзья, чувство безопасности и новые яркие впечатления.