

Буклет «Воспитание женственности»



Как воспитать девочку, чтобы она чувствовала себя уверенно в жизни, была удачной, счастливой, ведь девочка - будущая женщина, как помочь ей быть самодостаточной?

Правило первое: Красавица

Сомнение в своей внешней привлекательности - тяжелый крест для девочки - подростка, источник множества комплексов и неудач в личной жизни. Какими бы внешними данными природа не наградила вашу доченьку, вы должны с самого нежного возраста воспитывать ее в убеждении, что она - красавица. Подчеркивайте достоинства. Не посмеивайтесь над ее недостатками: полнота, веснушки, курносый носик - все это неповторимые черты ее личного очарования.

Не иронизируйте над чисто женской тягой к зеркалу - пусть изучает себя, пусть привыкает себя любить! Не останавливайте первых опытов с косметикой - пусть попробует и помаду, и тени, и тушь. Когда она наблюдает за красивыми актрисами и смотрит на рейтинги красоты пусть научится понимать, что даже очень красивая женщина всегда тщательно ухаживает за собой. Поощряйте работать над своей внешностью. Уход за волосами, чистка кожи, маски - чем раньше выработаете навык разумного внимания к внешности, тем лучше. Спортивные секции, шейпинг, аэробика - пусть ваша дочь знает: красота требует жертв. И эти жертвы - оправданны!

Правило второе: Та, которую любят

Воспитание в строгости имеет свои издержки. В частности, поколение женщин, взращенное супертребовательными родителями, не может избавиться от представления, что любовь нужно заслужить. Отсюда чрезмерная старательность, комплекс жертвы и неумение просто осознавать себя любимой. Лишенная в детстве явных проявлений родительской ласки, девушка, как бабочка,

полетит на первый огонек того света, который покажется ей любовью. Следовательно, она может стать добычей любого проходимца, который не поленится погладить ее по голове и сказать пару нежных слов.

Девочка нуждается в том, чтобы ее баловали - меру каждый родитель определяет сам.

Девочка должна осознавать, что ее любят. Та, которую любят, научится распознавать нелюбовь - и просто инстинктивно станет избегать атмосферы нелюбви. Это - залог ее личного счастья. Нужно подчеркнуть ведущую роль отца - взрослеющей женщине жизненно необходимо внимание существа противоположного пола. Одинокая мать должна продумать круг своих знакомств: мужчины, посещающие дом, должны быть психологически необходимы подрастающей девочке. И уж, конечно, не представлять для нее опасности!

Правило третье: Благоразумная

Женщина - хранительница жизни. Внушите вашей дочке правила безопасности. Научите ее разбираться в людях и ситуациях. Не запугивайте, но предостерегайте от излишней доверчивости. Мудрые учатся на чужих ошибках. Беседуйте с



дочерью об опасных случаях из жизни ваших знакомых, о том, что вам известно из прессы. Пусть она научится избегать всего того, что угрожает жизни, здоровью, репутации.

Правило четвертое: Ангел - хранитель

Если женщина не умеет заботиться о близких, то это не женщина. Научите девочку замечать чужую боль. Пусть по мере сил она старается помогать слабым и больным. Не бойтесь резко одернуть, если при вас дочь высмеивает чьи-то недостатки. Девочки могут быть жестокими, и куда больше, чем мальчики.

Поощряйте желание помочь пожилой соседке - не бойтесь, дитя не переутомится. Не отказывайте наотрез, если девочка принесет в квартиру бездомного щенка, котенка или птичку. Уход за домашними животными - прекрасный тренинг милосердия.

И, конечно, позволяйте ребенку заботиться о своих близких. В частности о вас - единственной и незаменимой мамочке. Пусть неумело, зато искренне. Будьте благодарны и показывайте это. И - сложная задача! - постарайтесь воспитывать девочку так, чтобы она не направляла свое милосердие на людей недостойных. Баланс милосердия и благоразумия - вот рецепт истинной женственности.

Правило пятое: Маленькая хозяйка любого дома

Не так уж сложно привить девочке навыки стирки и уборки, кулинарии и шитья. Куда сложнее научить юное создание обихаживать дом без жалоб и надрыва. Научите дочь рациональным приемам ведения домашнего хозяйства. Пусть она управляется по дому легко и привычно - а если задача сложная, пусть не постесняется привлечь к ее выполнению всех, кто способен ей помочь.



Правило шестое: Деятельная и оптимистичная

Общеизвестно, что в младших классах девочки занимают позицию лидеров. Мальчики начинают развиваться позднее. Но пока еще в обществе главенствует позиция, оставляющая ведущую роль за мужчиной, женщине предоставляется известный удел: восхищаться и подчиняться.

Не сковывайте инициативу вашей дочери. Позвольте ей попробовать себя в роли лидера. Отмечайте ее успехи- пусть ваша похвала будет стимулом дальнейшей деятельности. Трудно вспомнить, кто первый сказал: "Женщина должна быть достаточно умной, чтобы притворяться дурочкой". Возможно, этот "высший пилотаж" вашей дочери и не пригодится- в современном мире женщины стремительно выдвигаются на ведущие роли. А вот умение не быть безапелляционной, способность выслушивать мнение других, приспосабливаться к коллективу- все это ей очень понадобится.

Правило седьмое: Индивидуальность

Выявить и развить в ребенке индивидуальность - пожалуй, самое трудное. Способствуйте развитию личности ребенка - но не пытайтесь сломать его индиви-

дуальность. Вы запланировали во что бы то ни стало воспитать спортсменку и общественницу - а дитя пошло в бабушку- пишет стихи и любит уединение. Вы мечтали о музыкантше и певице- а ваша дочь вся в дядю: обожает лошадей и готовит себя к скромной карьере сельского ветеринара. Поддержите то положительное, что явно и неуклонно проявляется в вашем ребенке.

Приложение 2

Буклет «Воспитание мужественности»

Как воспитывать мальчика, чтобы он вырос достойным и мужественным человеком?



Правила воспитания мальчиков

1. Воспитывать мальчиков нужно так, чтобы они усваивали функции мужчины и женщины в обществе: мужчина – муж и отец, который добывает и защищает, женщина – жена и мать, которая оберегает и заботится.

2. Чтобы хорошо и правильно воспитать мальчика, нужно любить и уважать в первую очередь своего мужа (при условии полноценной семьи), который и должен воспитывать сына, а не раскатывать мужа-отца до состояния коврика, который не в состоянии даже слова молвить.

3. Предлагайте как можно больше ситуаций, в которых мальчик может проявлять свою самостоятельность и волю. Воспитывайте так, чтобы героизм имел смысл для вашего сына, а желание помогать и защищать было нормой в его жизни.

Как воспитывать мужественность

Мужественность – это способность защитить свою честь и достоинство, используя ум, проявляя смелость и отвагу, а при необходимости и силу.

Развивая мужественность, родителям стоит помнить, что мужество и сила не воспитываются ограничениями, жестокостью, запретами и наказаниями. Без-

условно, нужны строгие правила, которые отвечают за безопасность жизни ребенка. Как можно быть волевым, смелым, инициативным, если ежеминутно будут раздаваться мамины возгласы: «Не лезь!», «Туда не ходи – опасно!», «Этого не делай – поранишься!», «Не поднимай тяжести – надорвешься!» О какой инициативе и мужественности можно говорить при таком воспитании? Что же делать мамам, которые так волнуются за жизнь своего малыша, ведь она оберегает его, с ее точки зрения, только во благо ему. А вот и нет – ради своего спокойствия. Поэтому нужно учиться спокойно относиться к падениям своих малышей. Не убирать сыновей из опасного места, а помогать преодолевать трудности, отпускать, когда поймете, что он может справиться сам. Лучше подбадривать, чем одергивать и останавливать. Это, так называемый, мужской тип реагирования на ситуацию. Его должна учиться применять любая мама, гуляя с сыном на площадке с раннего детства, потому что мальчики более шустрые и непоседливые.

Воспитание мужественности в разном возрасте проходит по-разному. Даже в двухлетнем ребенке можно воспитывать силу воли и выносливость, для этого нужно много ходить и гулять. Но при этом нельзя выговаривать крохе, который упал: «Что ты ревешь, как девчонка! Тебе ведь не больно!» В поддержке и помощи малышу отказывать – это жестоко. Пожалеть его обязательно нужно, подбирая ободряющие слова: «Ты молодец! У тебя все получится! Нужно утереть слезы, собрать все свои силы и попробовать еще раз!» А вот ситуацию, где кроха упал и не заплакал, нужно обязательно отметить, указывая на проявленную мужественность: «Молодец, ты стерпел! Вот это мужской поступок!»

Всем известное выражение "Мужчины не плачут" - это не о том, что мужчины "черствые сухари", это о том, что они могут контролировать свои эмоции, проявляя силу воли. Очень важно развивать эмоциональный интеллект и эмоциональную грамотность у мальчиков. Через общение нужно развивать способность чувствовать свои эмоции, понимать эмоции других, и стремиться к высшему уровню – способности управлять своими эмоциями.



Учите мальчика контролировать свою чувствительность, владеть ею в зависимости от ситуации. Формируйте у сына стойкий внутренний стержень. Развивайте умение владеть своей внутренней силой, которая поможет ему правильно реагировать на соблазны. Для этого нужно очень много говорить о чувствах мужчин, что они испытывают и как поступают в разных ситуациях. Рассказывайте о своих эмоциях, описывайте их: «Сейчас я злюсь, потому что меня никто не слышит», «Я грущу, потому что нужно расставаться с тобой», «Я радуюсь, потому что играю с тобой», «Я счастлив(а), потому что ты рядом со мной». Учите ребенка распознавать свои эмоции. Например, в момент, когда сын испытывает трудности и начинает капризничать, опишите ему его состояние: «Сейчас ты злишься, потому что тебе трудно надеть носки» или «Ты такой довольный и радостный, когда играешь со мной». Подрастая, и научаясь говорить, ребенок сам начнет описывать свои состояния в общении с вами.

Мама и папа маленьких мальчиков часто жалуются на то, что их любимые сыновья все разрушают вокруг себя, разбирают игрушки, ломают их с целью заглянуть внутрь. В возрасте двух лет это нормально. Это значит, что мальчик правильно развивается. Как? - удивитесь вы. Таким образом, развиваются такие качества личности, как уверенность в себе и сила. Это выглядит именно так: мальчишкам нравится разделять, разбивать, разрушать, разбирать. Потому что сила - это возможность активно влиять на мир, изменяя его вокруг себя. Еще мальчикам нравится таскать и переносить тяжелые предметы, передвигать их с места на место - это тоже проявление силы, способ повлиять на устройство мира.

Родителям мальчиков такие качества нужно поддерживать. Получается, если выговаривать ребенку: "Посмотри, что ты наделал, башенку разрушил, плохой мальчик!" - таким образом, мы подавляем уверенность в том, что ребенок способен влиять на мир. Мальчику лучше сказать: "Ух ты, как изменилась башенка - разлетелась на кубики по всей комнате. Здорово это у тебя получилось. Давай еще раз". Часто можно увидеть, как мама строит песочный кулич, а малыш с горящими

глазами разрушает его. В такой ситуации тоже нужно обращать внимание мальчика на изменения вокруг: "Как ты тут все изменил, посмотри, наша песочница стала совсем другая. А у тебя так же здорово получится, если я построю еще больший кулич. Давай проверим". Но в ситуации с разрушением родителям нужно показывать мальчику границы дозволенного. Нельзя разрушать чужое. Нельзя изменять чужой мир, нельзя использовать силу в отношении игрушек и построек другого ребенка. Можно разрушать и менять мир вокруг себя, но нельзя применять силу по отношению к предметам, которые тебе не принадлежат. То есть нельзя разрушать Петину башенку, нельзя разрушать Машин кулич - они от этого страдают. Здесь важно донести до мальчика правильную идею: можно проявлять силу, не нарушая границ других людей. Во взрослой жизни эти качества проявятся как уверенность в себе и мужественность.

Еще часто можно видеть, как мальчики полутора-двух лет любят таскать тяжелые камни с места на место, носить воду в ведерках, перекладывать вещи из одной сумки в другую, засовывать палочки во всякие дырочки. И все эти дела мальчики делают с большой настойчивостью и очень злятся и огорчаются, если их прерывают. А очень любящие мамы кричат вдогонку карапузу, который тащит тяжелый камень: "Брось! Надорвешься!" Просто родителям такие действия ребенка не кажутся рациональными и полезными. А на самом деле мальчики проявляют и тренируют настойчивость. Знакомая картина: малыш передвигает стул, который в несколько раз больше его - это значит, он изменяет мир, проявляет настойчивость. Родителям мальчиков и девочек нужно научиться распознавать, что в данный момент делает их ребенок: значимое ли это занятие, полезное ли, и какое качество развивается через это действие. Взрослым нужно понять, как данное дело влияет на развитие ребенка в данный момент времени. Хочет малыш бросать камни, пусть бросает, но научите и строго объясните, что запрещено бросать камни в людей и других детей. Покажите, как по-разному летят маленькие и большие камушки, какие брызги получаются от камушков разного размера. В будущем из

уверенности, что я могу удержать тяжелую вещь, могу передвинуть предмет в несколько раз превышающий меня по размерам, вырастает взрослая уверенность, что я могу удержать и сделать собственное дело и довести его до конца.

Мальчикам просто необходимо дружить и играть с мальчиками, поэтому разрешайте сыну как можно больше времени проводить во дворе, общаясь с другими мальчишками. Здесь очень важная роль отводится отцу, общаясь с которым, сын усваивает общение на уровне «мужчина-мужчина». Если папа отсутствует, маме просто необходимо найти знакомого мужчину, с которым мальчик периодически будет общаться. Это может быть дядя, друг, сосед, дедушка, тренер. Иначе мальчик усваивает с детства женский стиль общения, и уже в подростковой и взрослой жизни он может встретить трудности в общении со сверстниками мужского пола. Так как мужской стиль общения изобилует глагольными формами и действиями, а женский – эпитетами и ощущениями. Это легко объяснить на примере, как мужчина и женщина будут рассказывать о встрече с приятелем, приятельницей. Мужчина скажет: «Встретились, посидели, поговорили, решили проблемы, обсудили вопросы». Женщина же опишет свои чувства от встречи: «Хорошо поговорили. Это была приятная встреча, интересная беседа».

По отношению к мальчику не рекомендуется употреблять уменьшительно-ласкательные слова: зайка, лапочка, красотулечка и так далее. Лучше использовать однокоренные слова к слову сын: сынок, сыночек. А так же в общении с мальчиком обязательно должны звучать слова, отражающие мужскую суть – защитник, смельчак, выдумщик, мастер на все руки, умелец, храбрец, помощник, герой.

Говоря о воспитании мальчиков, обязательно нужно воспитывать героизм. Многие скажут: «Пусть мальчик будет смелым, но зачем же геройствовать?» Но человек так устроен: развитие невозможно без стремления к идеалу. Стремясь к нему, человек становится лучше, а если планку изначально занижить, то и стрем-

ление преодолевать себя автоматически отпадает и человек начинает думать: «Зачем напрягаться, когда и так сойдет?»

Если мы отмечаем воспитание героизма в мальчике, то мы растим труса, формируем в сознании сына принцип «Стараться не нужно, бороться со злом бессмысленно, потому что оно необоримо».

В душе каждого мальчика живет образ мужчины, это заложено самой природой. И для нормального развития мальчишкам просто необходимо, чтобы этот образ постепенно находил воплощение в конкретных людях. Причем важно, чтобы герои были близкими, легко узнаваемыми, тогда мальчикам легче на них равняться.

Мальчиков обязательно нужно знакомить с образцами героизма через сказки, рассказы, былины, кино, мультфильмы. Выбирайте и читайте биографии великих полководцев, рассказы о подвигах солдат, о мореплавателях, путешественниках и первооткрывателях – все это интересно и полезно.

Что говорят о воспитании мальчиков ученые?

1. Говорить с мальчиками нужно кратко и конкретно.

2. Мальчики должны быть вовлечены в активную деятельность, им просто нельзя сидеть спокойно. У них столько энергии, что лучше всего постараться направить ее в мирное русло, дать ей выход.

3. Нельзя запира́ть мальчиков в маленьком замкнутом пространстве, дайте им простор и возможность много двигаться.

4. Мальчикам нужно ставить больше реальных задач, придумывать состязания, а скучных письменных заданий давать меньше, от них нет никакого толку.

5. Мальчиков обязательно нужно хвалить за любую мелочь.