

## «Общение с детьми»

Истинная родительская любовь, как утверждают психологи, проявляется только в общении с детьми. Именно родители должны показать детям пример спокойного и уважительного общения.

Нужно заранее обсудить с детьми некоторые вопросы и объяснить, какого поведения вы от них ожидаете, и какие последствия будут результатом непослушания.

Родители должны сохранять спокойствие, твердость и уважительный тон независимо от характера проступка и серьезности проблемы.

Большинство детей абсолютно адекватно реагируют на обращение к ним в спокойном и уважительном тоне, без упреков, критики и запугиваний. Нужно просто сказать, что было не так, и попросить в будущем вести себя иначе. При этом родители выражают уверенность, что в следующий раз ребенок будет вести себя лучше, а это очень важно. Детям нужно дать почувствовать, что родители ждут от них хороших, разумных поступков.

Если ребенок не воспринимает ваше обращение, начинает пререкаться или переходит к обвинениям, займите нейтральную позицию и выйдите из комнаты. Вы должны сохранять спокойствие и твердость, не нужно закатывать глаза, тяжело вздыхать, сердиться или запугивать ребенка.

Показывая свое раздражение и злость, вы опускаетесь до уровня капризного ребенка. Родители, в первую очередь должны научиться контролировать свои эмоции. Это единственный способ научить своих детей общаться без нытья, оскорблений, криков и запугиваний. Только так можно побороть их плохое поведение. Помните: дети берут пример с родителей.

Не поддаваясь манипулированию и не вступая в ссоры, вы учите ребенка уважать себя и других.

Важно осознать, что дети не могут стать вежливыми и послушными сами по себе. Но если они будут видеть перед собой положительный пример, то рано

или поздно начнут ему следовать. Родители должны строить отношения в семье спокойно и рассудительно, чтобы дети могли учиться на их примере. Если же на все ваши попытки наладить отношения с детьми вы встречаете непонимание, не теряйте терпения, продолжайте действовать и не заостряйте внимания на детском упрямстве. Таким поведением вы покажете ребенку, что отныне не будете реагировать на его плохое поведение и вступать в пустые споры.

Не забывайте, что для воспитания важны даже слова, которые члены семьи употребляют в общении друг с другом. Грубость, брань и окрики не менее опасны для детей, чем телесные наказания.

Не говорите

- «Ты невоспитанный и неблагодарный!»
- «Как я мог(ла) воспитать такого ребенка!»
- «Ты меня уже достал своим нытьем!»
- «Ну почему ты не можешь вести себя прилично, как брат?»
- «Делай что хочешь, ты все равно меня никогда не слушаешь».
- «Замолчи сейчас же, иначе будешь сидеть дома!»
- «Если бы ты хоть немного думал о своей семье, ты бы так не поступал».
- «Эгоист! Думаешь только о себе!»

Согласитесь, когда нас отчитывают, мы воспринимаем не сами слова, а тон, которым они произнесены. Мы слушаем, но не слышим собеседника. А потом начинаем злиться и обороняться, грубим и оскорбляем других людей. В результате разгорается серьезная ссора, которую будет не так-то просто прекратить. Важно, чтобы родители не позволяли конфликту разгореться. Научитесь гасить его в самом начале, тогда никто не совершит ошибок и не наговорит грубостей, за которые потом будет стыдно. Более того, и у вас, и у детей появится время успокоиться и подумать над ситуацией. Нужно научиться сдерживать эмоции, чтобы они не мешали вам разобраться в своих чувствах и правильно сформулировать главную мысль.

Ваша задача — создать в семье доверительные отношения, которые располагают к откровенным беседам. Нужно помочь ребенку понять, что словом можно серьезно обидеть человека. Строить отношения следует с добротой и терпением — ведь злость и раздражение еще никогда ни к чему хорошему не приводили.

Чтобы изменить атмосферу в семье, научитесь относиться друг к другу с уважением и заботой, поддерживайте доверительные отношения, основанные на взаимном уважении. Для этого нужно, прежде всего, отказаться от желания во всем контролировать ребенка или «переделать» его. Вместо этого необходимо учиться контролировать собственные реакции на поступки окружающих. Контролируйте себя, а не своих детей — это единственный способ измениться самому и создать в семье открытые, теплые, доброжелательные отношения, когда каждый чувствует себя полноценной личностью, заслуживающей уважения и любви.

Своим спокойным и уважительным тоном вы даете детям позитивный посыл: *«Я люблю и уважаю тебя. Я хочу, чтобы ты понял мои чувства, потому что ты — очень важный для меня человек».*

Постарайтесь в общении с детьми проявлять следующие качества:

1. Умение слушать ребенка. Родители, которые проявляют интерес к разговорам ребенка, поистине мудрые родители, потому что они дают ребенку возможность выразить все многообразие его чувств и переживаний.

2. Манера говорить с ребенком. Если вы не научились говорить мягко, с любовью и уважением, то дети будут избегать общения с Вами.

3. Знание, как наказывать ребенка. Мудрые родители, наказав ребенка за проступок, не уходят, хлопнув дверью, не отвергают ребенка, а остаются рядом, уверяя его в своей родительской любви, выражают уверенность, что этого больше не повторится.

4. Помощь в развитии ребенка. Помните, что ребенок живет в постоянном напряжении и неуверенности, Ваше поведение должно говорить ему: *«Я люблю тебя таким, каков ты есть. Я рядом с тобой всегда».*

ПРАВИЛА ЭТИКИ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ В СЕМЬЕ:

- Не подозревать дурного;
- Не высмеивать;
- Не выслеживать;
- Не выпрашивать;
- Не подшучивать;
- Не принуждать к ответственности;
- Не контролировать интимный опыт общения;
- Создавать атмосферу покоя, доверия, безопасности в доме;
- Созидать навыки общения в доме по принципу открытости;
- Давать право на собственный опыт;
- Проявлять тепло и эмоциональный отклик во взаимоотношениях, оказывать поддержку во всем;
- Создавать атмосферу эмоциональной привязанности в семье;
- Проявлять постоянную заинтересованность в ребенке, заботу о нем;
- Предпочитать требовательность – безразличию, свободу – запретам, тепло в отношениях – отчужденности;
- Снимать авторитарные позиции в общении с детьми. Директивный стиль отношений в семье не допустим!
- Избегать ортодоксальных суждений;
- Уметь признавать свои ошибки в общении с детьми.

