|  |  |
| --- | --- |
| ***Рекомендации***  ***для родителей по выстраиванию***  ***детско-родительских отношений в семье.*** | |
| **https://u.9111s.ru/uploads/202109/08/4d9e7840bd5fe830e59b54903428aff4.jpg**  https://need4study.com/uploads/articles/images/5338/preview.jpg  https://detki.guru/wp-content/uploads/2021/06/kak-papa-scaled.jpeg | *Не жалейте время на детей, Разглядите взрослых в них людей, Перестаньте ссориться и злиться, Попытайтесь с ними подружиться. Постарайтесь их не упрекать, Вовремя послушать и понять, Обогрейте их своим теплом, Крепостью для них пусть станет дом. Вместе с ними пробуйте, ищите, Обо всем на свете говорите, И всегда незримо направляйте. И во всех делах им помогайте. Научитесь детям доверять – Каждый шаг не нужно проверять, Мненье и совет их уважайте, Дети – мудрецы, не забывайте. И всегда надейтесь на детей, И любите их душою всей. Так, как невозможно описать, Вам тогда детей не потерять!* |

**КОНСУЛЬТАЦИЯ: «ОТНОШЕНИЕ РЕБЕНКА С ДРУЗЬЯМИ»**

1. *ВАШ РЕБЕНОК ДОЛЖЕН САМ ВЫБИРАТЬ СЕБЕ ДРУЗЕЙ*.

Родителю всегда и во всем хочется контролировать своего ребенка, и круг друзей и знакомых также. «Пытаемся выбрать для ребенка по своему желанию». Искусственно ограничивая круг общения ребенка, родители выращивают «тепличное растение», абсолютно не приспособленное к жизни.  
         Не научившись самостоятельно оценивать людей и разбираться в них, то есть, не приобретя коммуникативные навыки общения, подросток во взрослой жизни может оказаться беспомощным. Но не следует, предоставляя ребенку полную свободу в выборе друзей, абсолютно не контролируя  его.  
           Ребенок в 7 летнем возрасте, попадая в коллектив сверстников, сам еще не способен провести четкую грань между хорошим и плохим, добром и злом, не в состоянии сам определить, кто его друг, а кто нет. Именно в этом возрасте ребенок нуждается в помощи родителей, в их деликатном руководстве. Маленький ребенок быстрее прислушается к вашим наставлениям. Очень важно в младшем возрасте сформировать представление о хороших и плохих людях, о положительных и отрицательных качествах личности, научить руководствоваться в выборе друзей позитивными принципами.

В младшем школьном возрасте дружба детей длится непродолжительное время. Нигде не подчеркивается, что нужно всеми силами поддерживать детские привязанности ребенка. Пусть ваш ребенок научится делать собственный выбор. Предоставьте ему возможности, необходимые для укрепления его дружеских отношений, а с деталями он разберется сам.

Вы можете ожидать от ребенка продолжительных дружеских отношений с теми детьми, с которыми он имеет общие интересы и схожие личные качества. Большинство детей выбирают себе друзей, живущих по соседству. В этом есть смысл. Они не только чаще видят своих друзей, но и находятся в общей социальной среде.

1. *РЕБЕНОК, КОТОРЫЙ ВЫБИРАЕТ ДРУЗЕЙ СТАРШЕ СЕБЯ.*

Родители иногда беспокоятся, что их ребенок выбирает себе друзей среди ребят старшего возраста. Сначала рассмотрим вопрос о старших друзьях. Очень часто это признак того, что ребенок опережает свой возраст в развитии. У него мало общего со сверстниками и он предпочитает компанию взрослых детей. Но эти дети могут воспользоваться его невинностью и вовлечь его в нескончаемую серию дурных поступков и шалостей. А поскольку старшие дети могут хвастаться своей ловкостью и другими умениями, существует опасность, что частое напоминание о них только вынудит ребенка к закомплексованности.

Ваша   задача: скорректировать эту ситуацию. Проследите, чтобы старшие друзья не провоцировали его на «подвиги», к которым он еще не готов. А в разговоре с ребенком необходимо выяснить, достаточно ли у него разумный взгляд на свои способности.

1. *РЕБЕНОК, КОТОРЫЙ ВЫБИРАЕТ ДРУЗЕЙ МЛАДШЕ СЕБЯ.*

Ребенок, который выбирает друзей младшего возраста, иногда это делает, чтобы освободиться от комплекса неполноценности. По той или иной причине ему трудно контактировать с детьми своего возраста, и он компенсирует это, общаясь с детьми младшего возраста. Трудность состоит в том, что ребенок отрицает возможность вести себя соответственно своему возрасту, а это отдаляет его все дальше от сверстников, и у него все меньше и меньше становится шансов их догнать. Ваша задача: помочь ему расширить круг интересов и стимулировать дальнейшее развитие, поскольку его маленькие друзья этого ему предложить не могут.

1. *КОГДА РЕБЕНОК ПРИВОДИТ ДРУЗЕЙ В ДОМ.*

Если вы гостеприимно встречаете друзей своего ребенка у себя в доме и проявляете к ним интерес, это поможет ему наладить с ними хорошие отношения. Если вам приходится корректировать поведение детей, помните, что ребенок, который ведет себя неприлично у вас в гостях, возможно, делает то, что позволяют ему делать его родители. Постарайтесь корректно объяснить своему гостю, какого поведения вы от него ждете, и не забудьте привести серьезные доводы. «Если ты будешь так шуметь, я не смогу работать» или «Вы затеяли хорошую игру, но играть в нее лучше на улице», или «Говорить со мной так нельзя, если ты хочешь, чтобы мы подружились».

1. *О НЕПОДХОДЯЩИХ ДРУЗЬЯХ.*

Тревога родителей по поводу привязанностей их детей (попадание в «плохую компанию») принимает две формы. С одной стороны, это друг, которого явно не назовешь положительным: он может ругаться, иметь негативные намерения и показывать дурные примеры вашему ребенку. С другой стороны, друг может быть законопослушным, но вам не дает покоя постоянно присутствующее чувство неловкости. Многие родители признаются с сожалением, что подобные чувства они испытывают к другу, имеющему отличное от их ребенка происхождение (социальное, интеллектуальное, этническое).

*Неподходящие друзья.*

Сначала рассмотрим проблему с другом, которого вы не приемлете: неподобающий общественный и моральный облик, отрицательно влияющее окружение и т. п. Обстоятельства жизни, по сравнению с вашим ребенком, сложились явно не в его пользу, и его едва ли можно обвинять за упущения в воспитании и пороки в характере. Наличие такого друга, как ваш сын или дочь, и вхожесть в ваш дом могут оказать на него благотворное воздействие. С другой стороны, ваше беспокойство и заинтересованность в собственном ребенке вполне понятны и естественны. У вас возникают тревожные мысли, что у него разовьются плохие привычки, а это не доведет до добра. Конечно, вы не можете ждать, что ваш ребенок «переделает» своего друга.

Приглашайте друга в дом, но не разрешайте им быть вместе за его пределами.

Начните с того, что поговорите с другом по-доброму, но твердо, и предупредите его, что пока он находится в вашем доме, вы не потерпите сквернословия и никаких проделок. Если он пообещает, это значит, ваш разговор возымел на него действие. Отправляясь на экскурсию или прогулку со своим ребенком, берите его друга с собой, открывая перед ним возможности, которых он наверняка не имеет дома, и присматривайтесь, как он и ваш ребенок ладят друг с другом. Но не разрешайте отлучаться им вдвоем и не отпускайте своего ребенка домой к другу, когда не знаете, что там творится. Если ваш ребенок запротестует, объясните, что ему разрешают приводить друга к себе домой, а посещать его дом – нет. Если ребенок не пойдет на это, тогда запретите ему видеться с другом вообще. Вы оказываете любезность, привечая друга у себя в гостях, тогда и ваш ребенок без лишних вопросов любезно согласится с вашим решением.

Если дружба не настоящая, то другу вашего ребенка скоро наскучат все эти запреты, и он исчезнет из поля зрения. Если, с другой стороны, он сильно привязался к вашему ребенку, он исправится. Но попытайся он склонить вашего ребенка к нарушению ваших правил или откажись признать запрет на негатив или вызывающее поведение, тогда вы должны твердо заявить своему ребенку, что не разрешаете приводить товарища домой. После первых попыток сопротивления вашему ребенку ничего не останется, как признать справедливость вашего решения. В любом случае шансы таковы, что дурным манерам его друга теперь положен конец.

*Почему нельзя запрещать дружбу с самого начала?*

Некоторые родители спрашивают, почему нужно доводить до такой беды? Почему с самого начала не запретить их отношения? Дело в том, что ваш ребенок в любом случае видится с другом в школе. Если вы наложите табу на их дружбу, их отношения будут развиваться в тайне от вас. Лучше позволить ребенку приводить друга домой и попытаться выяснить, что связывает вашего ребенка с ним. При этом ребенок усвоит полезный урок, как нужно выбирать друзей. Но с другой стороны, если ваш ребенок оказывает сильное и положительное действие на нового друга, тогда визиты в ваш дом могут помочь ему. По крайней мере, это продемонстрирует ему, на каких условиях возможна длительная дружба.

Если, в конце концов, вам приходится запретить дружбу, но вы чувствуете, что его друг в школе влияет на вашего ребенка, поговорите с учителем. Обычно учителя очень хорошо осведомлены о дружеских отношениях среди детей и дипломатично разведут их в разные стороны, если увидят, что один ребенок использует другого в своих целях. Поговорите с учителем, если чувствуете, что ребенок сошелся с плохими ребятами. Разузнайте поподробнее о них, поймите, чем они привлекают вашего ребенка. Может быть, ему не хватает «приключений» в обычной жизни? Помогают ли они ему чувствовать себя «большим»? Берут ли они его на испуг или просто дразнят? Постарайтесь, разрешить какие бы то ни было проблемы, встающие перед ребенком, которые заставляют его искать дружбу с этой группой детей. Будьте тверды и стойте на том, чтобы он не общался с ними. С одним неподходящим другом вы сможете управиться, но с целой компанией – бывает невозможно. Ведь поведение целой компании оказывает больше дурного влияния, чем каждый ребенок в отдельности. Объясните свои доводы, но оставайтесь непреклонны в своем решении держать их на расстоянии друг от друга.

1. *ДРУЗЬЯ РАЗНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ*

Мы обратимся к еще одному спорному вопросу, когда хорошо воспитанный друг имеет совсем иное происхождение, чем ваш ребенок. Такие отношения заставляют вас (давайте будем откровенны) встретиться лицом к лицу с собственными предрассудками. Вы симпатизируете ему, вы хотите быть дружелюбными, но в то же время вас беспокоит, что друг не совсем «подходит» вашему ребенку. В глубине души вам хочется, чтобы ваш ребенок разочаровался в нем. Хотелось бы предостеречь вас от подобных желаний.

*Вашему ребенку необходимо научиться общаться с людьми любых социальных слоев общества.*

Такие опасения абсолютно естественны. Но, образовывая ребенка всесторонне, нельзя не ориентироваться на такой факт, как классовое общение. В школе (как и в другом сообществе, коллективе различных социальных и культурно-просветительных учреждений) собираются дети разного социального происхождения вместе, чтобы они могли гораздо больше узнать друг о друге на благо каждого. Как только ребенок начинает посещать школу, он расширяет границы своего социального окружения. Ему предстоит научиться понимать точки зрения детей с отличным от него социальным и этническим происхождением. Ему придется учиться оценивать людей с другими взглядами на жизнь, отличными от тех, которые ему преподносила его семья.

Поэтому, стараясь сузить круг его друзей до таких людей, как он сам, вы рискуете затормозить познание мира ребенком.

*Не спускайте глаз с его друзей, приглашайте их домой, знакомьтесь с ними.*

Мы уже говорили с вами о том, что детские привязанности стремительно меняются, особенно в начальной школе. В течение одной-двух недель ваш ребенок может просто неразлучно следовать за своим приятелем, а потом вдруг резко отношения (часто по пустякам) разрываются, и ваш ребенок смотрит на вас с неподдельным изумлением, когда вы спрашиваете его, почему он больше не играет с Петей. Для вашего ребенка дружба с Петей канула в прошлое. Они узнали друг о друге все, что им надлежало узнать, и двинулись в своем познании мира отношений дальше.

*Всегда нужно знать, где находится ваш ребенок.*

От пяти до одиннадцати лет дети (особенно мальчики) растут смелыми до отчаяния и демонстрируют возрастающую тенденцию к дерзновенным поступкам, которые приводят их к неприятным объяснениям с «авторитетными лицами» (учителями, завучами, директорами школы и т. д.). В таких делах лучше предупредить несчастье, чем потом разводить руками. Поэтому родителям необходимо знать как можно больше о жизни ребенка вне дома и вести надзор над ним и его общением должным образом. Он слишком молод для того, чтобы приходить домой поздно или не приходить вовсе до тех пор, пока вы точно не узнаете, где он находится. Было бы отлично, если бы вы знали, кто его друзья и где они живут. И если ваш ребенок понимает, что он не должен никуда уходить, не предупредив вас и не спросив вашего разрешения, это очень хорошо.

*Всегда знайте, кто друзья вашего ребенка.*

Необходимо удостовериться в том, что вам хорошо известны друзья ребенка; в этом случае, если ребенок попросит разрешения пойти куда-то с неблагонадежным приятелем, вы бы могли сказать «нет» и в дальнейшем не изменять своего решения. Пусть он приглашает Васю домой, если хочет, но если он отправится с ним погулять, то об этом не может быть речи.

1. *ЧТО, ДЕЛАТЬ, КОГДА ДРУЖБА РВЕТСЯ*

Несмотря на все усилия, прикладываемые вашим ребенком, иногда может произойти разрыв дружеских отношений, которые он так стремился сохранить. Девочки тяжелее переживают эти потери, чем мальчики, чувство обиды угнетает их. Будьте готовы к тому, что ребенок может стать раздражительным и грубым после ссоры с другом или начнет плакать, будет крайне подавлен. У взрослого подобная реакция вызывает искушение подразнить детей, потому что по своему собственному опыту знает, что это не конец света, но насмешкам здесь не место, поскольку своим поведением вы дадите ребенку почувствовать, что не понимаете его страданий. Поэтому в будущем ребенку станет все труднее подходить к вам и делиться своими переживаниями, а в настоящее время непонимание добавит к его душевным страданиям ощущение изолированности.

Если бы вы оказались способными сказать ребенку два-три ободряющих слова: «Да, я помню, как мне было плохо, когда я потеряла своего лучшего друга», то это оказало бы ему большую моральную поддержку. Выслушайте все до мелочей, если ему хочется выговориться, дайте волю покритиковать поведение любого друга. Но если вы сами выступите с осуждениями, то удивитесь, как быстро ребенок переменит тактику и начнет защищать своего друга. Отношения и чувства к своему другу все еще неровные. Дайте  возможность ребенку определиться, все обдумать, успокоиться.

**КОНСУЛЬТАЦИЯ: «ВЗРОСЛЫЕ И ДЕТИ. ВЗАИМООТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ С ДЕТЬМИ»**

*Как влияют связи и разрывы на отношения взрослых детей и родителей*

Психологическая литература полна материала о взаимоотношениях детей и родителей в период взросления, вплоть до 18-летнего возраста. Но как строятся отношения между взрослыми детьми и родителями? Чтобы прояснить ситуацию по этому вопросу, МГУ несколько лет назад провел пилотажный опрос, в котором приняли участие 50 русских мужчин и женщин. Их возраст составлял 25-30 лет, проживали все в Москве или области. Каждый участник исследования делился с автором опроса своими настоящими взаимоотношениями с родителями. В результате удалось установить четыре различных категории отношений родителей и повзрослевших детей.

*1. Сотрудничество и взаимопонимание.*

В таких отношениях постоянно чувствуется двухсторонняя забота и всесторонняя помощь. Родители и дети – равноправные партнеры. В таком варианте у детей не возникает напряженности в отношениях, их наоборот, не хватает времени, которое они могут выделить для общения с родителями.

Следующие три типа, речь о которых пойдет ниже, объединены одним общим показателем – отсутствием равенства в отношениях. В каждой категории нет стремления к партнерству, а каждая сторона стремится руководить друг другом. И только [консультация психолога](https://psiholog-onlajn.ru/konsultacii-psixologa-onlajn/konsultaciya-psixologa-v-voronezhepsixolog-v-voronezhe) помогает разрешать возникающие вопросы.

*2. Родительское насилие, подавляющее стремление руководить*

Что главное в таких отношениях? Излишняя опека и излишний контроль. В этом возрасте повзрослевшим детям уже не нужна родительская опека, но родители не могут смириться с этим и навязывают ее силой. В чем причина такого поведения? Это может быть полная уверенность в том, что дети, по-прежнему ничего не могут сделать самостоятельно. Или в таком поведении выражается «кричащая» жертвенность: «Я тебе всю свою жизнь посвятила, а теперь ты обязан…»

При таких взаимоотношениях о понимании и близости между родными людьми речи не идет. Со стороны родителей наблюдается все тот же уничижающий контроль в любых житейских вопросах, и не важно, о чем идет речь, о личной жизни или о хозяйственно-бытовых вопросах, для достижения свой цели родители используют нотации, крик, приказы, взывания к чувству стыда и вины. В таком случае поможет помощь психолога.

В такой ситуации дети не спешат идти к психологу, подобную ситуацию они предпочитают «разруливать» с помощью подруг или друзей, или, что намного страшнее, обращаются за поддержкой к «зеленому змею». Жаловаться на своих велико возрастных детей к психологу могут прийти родители, а не дети. И так часто бывает, что консультация психолога бывает одним из важных моментов.

*3. Недоверие или завуалированное руководство*

Обычно в таких отношениях сложно выявить открытое насилие. Однако с родительской стороны постоянно наблюдаются попытки вмешательства в различные аспекты жизни: в отношения между мужем и женой, в воспитание внуков, в желание поскорее выдать дочь замуж и т.д. Давление оказывается не напрямую, а завуалировано, замаскировано: случайно сказанные слова, соответствующая мимика или взгляд. Такие отношения могут закончиться полным физическим и эмоциональным разрывом, когда общение между родственниками прекращается на несколько лет.

*4. Зависимое положение детей от родителей*

В этом случае проявляется попытка детей руководить родителями. Со стороны инфантильных взрослых детей постоянно исходят просьбы, требования, призывы к помощи, поиск защиты у родительского плеча. При этом взрослые дети подсознательно во всем стараются угодить, подчиниться, не обидеть, чтобы получить то, что им нужно: совет, поддержку, понимание. В другом случае со стороны детей звучат постоянные командные нотки в сторону родителей, общение строится на указания и командах.

Все четыре категории не отражают полной картины. Жизнь многообразна, и ее сложно помесить в определенную схему. Однако стоит заметить, что поведение в каждой категории совершено, не зависит от того, имеют ли взрослые дети свои семьи или нет, проживают они вместе с родителями или живут отдельно. Во взаимоотношениях поколений эти факторы определяющими не являются.

Типы взаимоотношений, описанные выше, позволяют взглянуть на реальную жизнь под другим углом. И возможно, поводов для волнения совсем бы не возникнет. А что говорят по этому поводу классики семейной психотерапии.

Системная теория семьи была дополнена понятиями отрыва и процесса трансляции в поколениях. Изучению этого вопроса посвящены работы М.Боунэна. Трансляция позволяет понять, что на протяжении трех поколений, функционирование членов семьи происходит по схожей схеме. Реакции на отдельные ситуации, отношение к определенным вопросам передаются из поколения в поколении. И происходит это на уровне взаимоотношений. Отрываясь, взрослый ребенок утрачивает возможность постоянного контакта с семьей. Но может возникнуть ситуация, спровоцированная внешними или внутренними факторами, когда происходит полный отрыв от семьи. Подобный отрыв – это нормальное явление, оно необходимо для начала автономного существования, для создания своей собственной семьи.

Отделение от семьи может происходить по нескольким направлениям: эмоциональное, физическое, психологическое, социальное. На жизнь человека огромное влияние оказывает интенсивный эмоциональный отрыв. Как утверждает М. Боуэн, множество физиологических, социальных, психологических проблем может спровоцировать интенсивный эмоциональный отрыв. Причиной для неблагополучия эмоциональный отрыв быть не может, но практика показывает, что потеря вертикальных семейных связей отрицательно влияет на жизнь следующих поколений.

Можно вспомнить высказывание В.Сатира: «Взрослые обрекают себя на множество проблем, когда между ними и родителями сохранятся детско-родительские отношения. Такие отношения следует менять. Встав взрослыми, дети должны сосуществовать с родителями на равных. В семье каждый должен уважать личность другого, и при необходимости всегда прийти на помощь». Стать самостоятельным и равноправным, можно только тогда, когда есть самоуважение и уважение других.

Многие личностные и социальные проблемы являются следствием низкой самооценки и взятой из семьи манере поведения, которые закладывались в раннем возрасте (до 6 лет). После этого происходит только закрепление самооценки. Если в этот период любые эмоциональные проявления ребенка родители игнорируют, не обращают внимания на достигнутые успехи, у ребенка возникает пренебрежительное отношение к самому себе. Во взрослой жизни это может привести к множеству проблем, особенно страдают от этого самые близкие люди. В. Сатир подчеркивает, что когда во взаимоотношениях возникают скрытые барьеры, зажатые чувства, происходит отдаление от родственников и отвержение части себя. В итоге получается замкнутый круг, так как то, что уже случилось, не изменишь. В таких ситуациях часто требуется помощь психолога.

На консультациях психолога часто приходится прибегать к методу, изобретенному В.Сатиром. Он касается «семейной реконструкции». Для этого группа показывает человеку, как выглядит его семейная история. При этом у человека возникает новый взгляд на своих родителей, без их социальных ролей отца и матери, и это дает силы для более глубокого понимания и всестороннего прощения самых родных людей. Это помогает расшатать сложившиеся стереотипы по отношению к семье, к себе. Восстанавливаются родственные связи, укрепляется «корневая система» между близкими людьми. Приняв свои «истоки» собственное «Я» человека становится богаче, появляется возможность «подпитываться» ресурсами семьи.

Семейная психотерапия нашла отражение и в работах Б. Хеленгера. Им изобретен метод «Построение семьи». Согласно этому методу, все члены семьи, когда-либо исключенные из родственного круга, в силу определенных обстоятельств или особого поведения, восстанавливаются в семейной системе. Даже если человека уже нет среди живых, происходит восстановление памяти о нем, а задача заключается в том, что бы для него найти в сердце достойное место. Есть свое мнение у Б. Хеленгера о взаимоотношениях с родителями. По его утверждению, у ребенка может быть гармония с собой лишь тогда, когда он контактирует с родителями на позитивной волне. Он принимает родителей, и этот процесс не зависит от каких-либо личностных качеств отца и матери. Сложно себе представить, как это будет выглядеть в действительности, когда человек решит, что вот это в родителях я приму, а это противоречит моим понятиям. Родителей стоит принимать без каких-либо условий, такими, какими они есть. И если это принятие состоялось, человеку проще уйти от родителей в «самостоятельное плавание», у него пропадает необходимость искать поводы для недовольства родителями и считать, что они ему чем-то обязаны.

Отношения между родителями и взрослыми детьми имеют драматическую составляющую. И эта ситуация отягощается тем, что при встрече, дети и родители по-прежнему не ощущают реальности времени: одни считают что детям всего 5 лет, другие ведут себя как пятилетние дети, хотя на самом деле им давно за…

Очень часто мы полагаем, что наша естественная реакция на близких и родных людей кажется нам единственно верной. Однако, если более глубоко «проникнуть» в проблему, обнаружится, что мудрости, гибкости, толерантности, которых так не хватает при общении с семьей, нам еще придется поучиться.

**КОНСУЛЬТАЦИЯ:** **«РОДИТЕЛЬСКИЙ АВТОРИТЕТ. ЗАЧЕМ ОН НУЖЕН?»**

В первую очередь давайте определимся, как же устроен родительский авторитет. Если он крепок, тогда родители занимают ведущую роль в отношениях с детьми, они задают общую атмосферу, решают, какие рамки и правила поведения есть у них дома – в общем, родители являются капитанами корабля. Дети в такой семье хорошо понимают (потому, что им объяснили), что можно, чего нельзя и каких конкретно действий от них ожидают. То есть дети являются командой корабля, а управляют этой командой родители.

При этом понимание и согласие между капитанами (родителями) и командой (детьми) достигаются с помощью личного примера капитанов, четких договоренностей, распределения обязанностей и мотивирования команды на плодотворное сотрудничество.  И все это вместо шантажа, угроз, подкупов и наказаний, которые, как мы знаем, приводят не к сотрудничеству,  а к вражде между капитанами и командой.

Почему я привела в пример все эти ужасные вещи: подкуп, шантаж и прочее? Да потому что мы с вами, дорогие родители, используем все эти техники каждый день и не по одному разу (это не критика, это факт).  "Если ты сейчас пойдешь со мной, я куплю тебе конфету", "Если вы будете продолжать ТАК себя вести – неделю без планшета", "Что ты натворил! Иди сейчас же в свою комнату и подумай о своем поведении!"

 Узнаете? Ребенок приходит к нам с врожденными качествами, темпераментом, проблемами. Потом еще набирается всякого от нас.  И не все это нам нравится. Но наша любовь к ребенку не должна зависеть от его качеств – ему нужно, чтобы мы любили его таким, какой он есть, только потому, что он существует. Дети, кстати, именно так нас и любят  – совершенно бескорыстно, просто потому, что мы есть.  Поэтому мы можем сказать ребенку, что нас не устраивает его поведение. Более того, мы даже можем запретить ему вести себя определенным образом. Но мы должны стараться никогда не разочаровываться в ребенке, не думать, что он "какой-то не такой".  Вы ведь не готовы его променять ни на какого другого ребенка, правда? Поэтому, никогда не стоит говорить: "вот посмотри, как Машенька хорошо себя ведет, почему же ты так не можешь?".

Три кита, на которых держится корабль родительского авторитета:

Родители понимают, что ответственные взрослые – это они. Это значит, что взрослые с детьми не спорят (спор может быть между капитанами или между членами команды, но не между капитаном и кем-то из команды).  Безусловно, это не означает,  что между детьми и родителями не может быть диалога, наоборот, он обязателен – но диалог это не спор.

Также мы на них не обижаемся. Когда взрослый обижается на ребенка, он становится не капитаном, а обиженным юнгой, которого заставили дежурить в неурочное время.  Диалог в таком состоянии невозможен. Если мы обижены, то мы захотим ответить обидчику, отомстить ему или просто надуться и пойти поплакать, даже если это наш собственный ребенок (да, когда мы обижаемся, мы эмоционально возвращаемся в свое детское состояние и не можем реагировать соответственно своему нынешнему возрасту, статусу и опыту).

Родители понимают и учитывают потребности ребенка. Потребности – это не "я хочу / не хочу",  а то, что ребенку необходимо.  Мы довольно неплохо знаем, что им нужно есть, когда спать, что надеть. При этом в их эмоциональных потребностях мы разбираемся не очень-то (и понятно, почему - в детстве нас самих не научили разговаривать о чувствах).  Для того чтобы их понимать, есть две возможные стратегии: или вспомнить себя ребенком и попытаться влезть в их шкуру в конкретной ситуации, или представить себе себя в аналогичной, но уже взрослой ситуации.

Вариант один: вспомнить себя в детстве.  Вот приходит к ребенку в гости друг и хочет играть во все его игрушки. А ваш (жадина) делиться не желает. Он не знает, чего ожидать от гостя – тот ведь может забрать любимую игрушку домой или, чего доброго, сломать! И вообще, чего он здесь все трогает – это же моя территория. Кстати, это очень важно для ребенка – уметь отстаивать свои личные границы. Так что мы ему спокойно говорим: "Солнышко, я понимаю, что тебе трудно делиться своими игрушками, и ты боишься. Во-первых, друг обязательно вернет тебе твою машинку после того, как поиграет с ней немного. И давай попросим его быть с ней аккуратным и не бросать на пол. И знаешь, когда приходят гости, мы же их угощаем чаем?  Так вот, ты как будто немного угощаешь гостя  твоими игрушками". Чувствуете разницу?

Вариант два:  Перед тем, как сказать ему "отдай игрушку, надо делиться", вы пытаетесь представить себе своего приятеля, который пришел в гости и просит покататься на вашей новой машине несколько дней. Представили свою реакцию? Захотите, чтобы вам кто-то сказал "ну чего ты жадничаешь, надо же делиться"? Родители принимают (ну ладно, стараются принять) своего ребенка таким, как он есть.

Мы не можем никого изменить, но мы можем изменить свою реакцию.  Когда мы думаем о плохом поведении нашего ребенка, мы тут же решаем, что мы – плохие родители. То есть, когда ребенок ведет себя как-то не так, мы сразу чувствуем, что и мы какие-то не такие.  Это время от времени чувствует буквально каждый родитель, и это нормально. Мы не можем избавиться от этих чувств, но мы можем обратить на них внимание, признать факт их существования и постараться не позволять им управлять своими отношениями с ребенком.

В чем же должен состоять настоящий родительский авторитет в семье?

Существует несколько базовых правил, следуя которым с самого начала, можно сформировать собственный авторитет в глазах своего ребенка. Каковы же эти правила?

1. Помните, что слагаемых родительского авторитета очень много: отношения в семье, мнение родителей друг о друге, мнение родителей о других родственниках и друзьях, поступки родителей, отношение родителей к людям вообще и к близким людям в частности, отношение родителей к ребенку и его друзьям.

2. Будьте естественны перед своим ребенком, ведь дети чувствуют «игру».

3. Будьте открыты перед ребенком, доверяйте ему (даже в мелочах) – и тогда ребенок тоже будет доверять Вам. А доверие ребенка – очень важная составляющая авторитета.

4. Не требуйте от ребенка идеальности, а донесите до него, что ошибки могут совершать все, и у всех имеется право на ошибку. В том числе и у Вас самих. Тогда малыш не будет бояться рассказывать Вам о каких-то своих неблаговидных поступках.

5. Не наказывайте ребенка, какую бы ошибку он не совершил – сделайте так, чтобы он САМ осознал степень своей вины. Проанализируйте вместе с ним ситуацию, пусть он сам, где был не прав и подумает, что можно было бы сделать в данной ситуации и как исправить сложившееся положение.

6. Вы должны быть примером своих слов для ребенка.

7. Умейте просить прощения и прощать других за их ошибки. Если ребенок будет видеть, что Вы, совершив неблаговидный поступок, просите прощения – у супруга, родственника или даже у него самого – ему будет проще попросить прощения, когда это будет необходимо.

8. Не бойтесь критики со стороны своих детей – тогда Вы покажете им, что не только взрослые имеют право иметь свое мнение и критиковать других.

9. Не критикуйте в жесткой форме друзей своего ребенка, иначе он может озлобиться, а Вы потеряете его доверие.

10. Интересуйтесь жизнью ребенка и ни в коем случае не критикуйте ее. Если Вас приводит в ужас музыка, которую слушает Ваш сын, скажите, что-то вроде: «Мне это непривычно. А что тебе нравится в этой музыке?».

11. Не угрожайте своему ребенку и не оскорбляйте его – все это не сыграет положительную роль в формировании Вашего авторитета перед ним.

12. Привлекайте детей к обсуждению важных семейных вопросов – они должны чувствовать, что их мнение учитывается. Да и вообще, старайтесь проводить с детьми как можно больше своего свободного времени.

Они это оценят!

*А теперь немного о правилах:*

- Если мы хотим, чтобы ребенок действовал по общим домашним правилам, то эти правила  должны быть ему известны заранее.

- Таких правил должно быть несколько (4-5), вместе с распорядком дня они помогают ребенку обозначить важные для него границы поведения. - Каждое правило должно включать в себя логичное и выгодное для ребенка последствие его выполнения.

- Желательно, чтобы правила были сформулированы в позитивном тоне, вместо слов НЕТ, НЕЛЬЗЯ, которые всегда вызывают сопротивление, используем ДА, НУЖНО, СТОИТ.

Важно, чтобы ребенок понимал, что эти правила созданы для того, чтобы всем дома (и ему в том числе) было лучше, спокойнее и приятней, а не воспринимал их как что-то, что придумали родители, чтобы им командовать. Подумайте о том, какие правила поведения вы бы хотели завести у себя дома, организуйте распорядок дня, и вы увидите, насколько удобнее станет договариваться с ребенком.

**КОНСУЛЬТАЦИЯ:«СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ, КАК ИХ ПРЕДОТВРАТИТЬ?»**

В психологической и педагогической литературе существует мнение, что дошкольный период в воспитании личности ребёнка во многих отношениях является решающим, так как основные его психические свойства складываются именно в данном возрасте. Например, психологами и психотерапевтами отмечается, что у супругов раздражительных и беспокойных дети также раздражительны и нервны. И дело здесь не только в наследственности, а в той эмоциональной атмосфере, которая постоянно складывается в семье и затем закрепляется в психике ребёнка. Любые конфликты, которые возникают в семье между супругами на глазах у ребёнка, представляют для него травмирующую ситуацию, которая может быть источником повышенной возбудимости, тревожности, страха, источником различных неврозов и даже психических заболеваний.

Решать, кто прав: папа или мама, выбирать, оценивать и, более того, становиться на чью либо сторону – ситуация поистине драматическая! С опытом ребёнка, с его ограниченным знанием жизни и людей разбираться в семейных конфликтах – непосильное психическое бремя. Вот почему дружелюбные, спокойные взаимоотношения в семье – обязательное условие нормального развития личности ребёнка.

Если ребёнок растёт и воспитывается в семье, для которой характерны конфликты, постоянные ссоры, скандалы, то он полагает, что тёплые, нормальные взаимоотношения между людьми невозможны. Первый, самый решающий опыт эмоционального общения между людьми у него отрицательный. В результате вырабатывается особый взгляд на мир человеческих взаимоотношений, который закрепляется в психике и который очень трудно перевоспитать.

Особое значение для духовной атмосферы семьи и стиля семейного воспитания имеет психическая уравновешенность родителей, которая в условиях психических и физических перегрузок, постоянной нехватки времени приобретает особую остроту даже при условии, если сами супруги не страдают какими-либо неврозами. Психическая неуравновешенность родителей может иметь определяющее отрицательное влияние на становление психики ребёнка.

В семье складывается характер ребёнка, и психологический климат семьи представляет для него среду ближайшего социального окружения. Семейная среда, взаимоотношения родителей могут создавать психотравмирующую обстановку для ребёнка, в результате чего он приобретает ряд отрицательных черт характера. Более того, в семье могут создаваться условия, приводящие к нервно-психическим заболеваниям детей.

В условиях конфликтной семьи ребёнок приобретает отрицательный опыт общения, он видит, чувствует враждебные, недружелюбные взаимоотношения между родителями. Он перестаёт верить в возможность существования дружеских и нежных взаимоотношений между людьми. Он преждевременно разочаровывается в человеческих отношениях вообще и не приобретает положительного опыта сотрудничества, столь необходимого для дальнейшей жизни, в том числе и брачной.

Различные дефекты семейного воспитания способствуют развитию и формированию различных нервно-психических расстройств у детей. Речь идёт о том, что многие расстройства являются «нажитыми», приобретёнными в процессе жизни в неблагополучной социальной среде, особенно в конфликтной семье. Если семейная среда благополучная, и отношения между мужем и женой хорошие, то можно компенсировать те или иные наследственные факторы. Мать и отец по отношению к своему ребёнку могут играть роль мудрых, проницательных и заботливых психотерапевтов. В этом случае нежность и любовь, понимание душевных состояний ребёнка дают весьма успешный лечебный эффект.

Действия, поведение, эмоционально-неконтролируемые реакции нервных, неразумных родителей часто могут способствовать формированию истерических черт в характере ребёнка, а в определённых случаях и развитию невроза.

Изучение личности юношей и взрослых, страдающих психофизиологическими и соматическими нарушениями, невротическими расстройствами, трудностями в общении, в умственной деятельности и учёбе, показывает, что все указанные явления значительно чаще наблюдаются у людей, которым в детстве недоставало родительского внимания и тепла. Недоброжелательность со стороны родителей вызывает неосознанную взаимную враждебность у детей. К сожалению, в жизни встречается довольно много случаев, когда родители не любят своих детей, а дети враждебно относятся к родителям.

Конфликтные отношения между мужем и женой, мужем и тёщей, женой и свекровью, недовольство родителей самими собой - всё это отражается на ребёнке, так или иначе нанося ему психические травмы, которые, безусловно, скажутся на его характере. У ребёнка может возникнуть ощущение отчуждённости, отвергнутости, неприкаянности, заброшенности. Более того у него может не сформироваться чувство дружелюбия к людям, не появиться настоящего, подлинного чувства любви к своим близким. А самое главное, всё это неизбежно скажется на создании собственной семьи.

Самый приемлемый выход из конфликта – компромисс, открытый поиск наиболее удобного и справедливого для обеих сторон решения. Важно научиться управлять отрицательными эмоциями, уметь решать конфликт с позиции доброты. Известный чешский психотерапевт С. Кратохвил предложил своеобразную супружескую тактику, следование которой способствует предупреждению возможных конфликтов. В частности он рекомендует использовать позитивные формы поведения.

1. Интересоваться партнером, познать его не только положительные качества, но и понять его слабые стороны.  
  
2. Слушать партнера. Умение слушать обеспечивает хороший контакт в семье, более ценный, чем умение говорить.  
  
3. Не злоупотреблять критикой. Критика не должна задевать достоинства партнера, она должна содержать позитивные элементы.  
  
4. Понимать свои ошибки. Если понять свои ошибки, то ссоры и конфликта можно избежать.  
  
5. Войти в положение другого. Если человек попытается поставить себя на место другого, постарается понять ситуацию, позволит избежать конфликта.  
  
6. Улыбаться. Приветливая улыбка противоположна конфликту. Приветливость и доброжелательность одного вызывает аналогичную ответную реакцию у другого, снимает напряжение.

Американский психолог Ян Готлиб предлагает ряд советов, помогающих избежать ссор. Ссориться наедине, без детей, ясно сформулировать проблему, контролировать эмоции, выдвигать позитивные предложения.

# КОНСУЛЬТАЦИЯ: «ДЕТЯМ НУЖНА ЛЮБОВЬ, НО КАКАЯ?»

Семья была и остается главным центром становления и развития ребенка. Именно вы, родители:

- вводите малыша в мир человеческих взаимоотношений;

- учите отличать добро от зла;

- жить среди сверстников.

*Отношения в семье - это образец для детей, которые в ней воспитываются.*

Почти весь опыт жизни в обществе дошкольник приобретает в семейном кругу через подражание старшим. В этом возрасте подражания подкрепляется заостренным желанием ребенка поступать так, как мама, папа или другие члены семьи. Вы все хотите хорошо воспитать своих детей, но одного только желания мало. Для этого нужны знания!

В наше время вам, уважаемые родители, занятым профессиональной деятельностью, озабоченным материальным обеспечением семьи, не хватает времени:

- для систематического наблюдения за ребенком,

- для глубокого изучения его развития.

Меня очень беспокоит **дефицит родительской любви**, что наблюдается, к сожалению, с первых лет жизни ребенка.

Симптомы этой болезни следующие:

- ребенок часто грустит, капризничает или без причины кричит;

- намеренно делает глупости или же просто нарушает правила;

- часто болеет.

К сожалению, случается так, что:

- вы не умеете и не признаете нужным показывать ребенку свою любовь,

- не признаете значимость таких отношений,

- не хотите приобрести таких умений.

Поэтому хочется обратить ваше внимание, к этим проблемам и помочь Вам:

- лучше понимать интересы, возможности, переживания, поступки ваших малышей;

- ставить в них требования, соответствующие их силам и возрасту.

Поймите:

- ребенку нужны любящие мама и папа все 24 часа в сутки.

Не комплексуйте из-за того, что малыш забирает у вас все свободное время.

Для развития ребенку нужно: максимально эмоциональное и позитивное, насыщенное общение с родителями!!!

Дух любви и тепла, которым полна детская комната, положительно влияет на здоровье малыша, но чрезмерная любовь может пагубно влиять на ребенка.

Коварная любовь - восхищение, когда:

- вы в восторге от каждого поступка ребенка;

- вы не задумываетесь над их сутью и возможными последствиями.

Чтобы в семье не вырос эгоист:

- учите ребенка замечать рядом с собой людей, у которых тоже есть свои чувства, желания, потребности, с которыми следует считаться;

- будьте мудрыми с детьми;

- будьте последовательными в момент негативных детских проявлений;

- умейте взглянуть на проблему с позиции малыша;

- стройте равноправные отношения, в которых одна, правда и общее понимание добра и зла, которыми руководят взаимное, уважение и любовь.

При таких отношениях в семье невозможно применение «родительской власти», что очень часто становится непреодолимым барьером в налаживании отношений с членами семьи. Чтобы в семье царило взаимное уважение и любовь придерживайтесь следующих рекомендаций:

Поощряйте самостоятельность своего ребенка. Если ваш малыш нуждается в помощи, создайте такие условия, чтобы он сам нашел пути преодоления проблемной ситуации. Не давайте готовых ответов - ваша помощь должна ограничиваться намеками, наводящими вопросами. Отмечайте достижения ребенка. Отдайте предпочтение похвале, а не упрекам. Не дополняйте одобрение поступков или поведения ребенка критикой. Не пытайтесь ставить перед ребенком завышенные требования. Не требуйте от своего ребенка больше, чем от себя.

Помните, что для ребенка положительный пример родителей значит больше их поучения. Создайте для ребенка уголок, где будет его стол, полочки, игрушки, книги, карандаши краски, альбомы и другие предметы, необходимые для его самостоятельной деятельности, игры. Расскажите ребенку как можно больше положительного о самостоятельности, любознательности, а также о детском саде, школе.

Помните, после 20 мин. занятий ребенку необходим перерыв, смена деятельности. Не проводите [развивающих занятий с ребенком](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fpsichologvsadu.ru%2Frabota-psichologa-s-detmi%2Fzanyatiya-psichologa-s-detmi&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw3iYzYkGu7PbPn4npN4Ybti) поздно вечером. Помните, для продуктивной деятельности ребенку необходимо спать 10 - 12 ч. в сутки, с учетом дневного отдыха (1- 1.5 ч.)

# КОНСУЛЬТАЦИЯ «О ВОСПИТАНИИ ЧУВСТВ»

Надо сразу признать, что у нас нет точной и проверенной инструкции. Ведь воспитание чувств не пропишешь в форме рецепта на каждый день. Сколько раз в день поцеловать ребенка, приласкать его, сколько раз нахмуриться и повысить голос. Каждый ребенок с рождения – индивидуальное и неповторимое создание. То, над чем один малыш рассмеется, другого доведет до слез. Некоторые дети с пленок отличаются «крутым нравом», а у иных глаза вечно на мокром месте. Кроме того, сама жизнь ежедневно создает множество ситуаций, когда нам приходится действовать без подготовки и долгих размышлений. Именно в таких неожиданных ситуациях более всего проявляется наше эмоциональное отношение к ребенку. И для него в дальнейшем в жизни лучшим уроком становится наше поведение в таких ситуациях.

В связи с этим можно сделать первый, самый общий, поучительный вывод. Он гласит, что воспитание чувств у ребенка происходит тогда, когда мы сами этого не осознаем, а не по заранее продуманному плану, когда мы намеренно создаем какую-либо ситуацию в воспитательных целях. Будничная жизнь, в которой мы ведем себя непосредственно, искренне – лучший воспитатель чувств.

Второй поучительный вывод гласит, что чем раньше начинается развитие эмоции, тем лучше. Неверно утверждение, что «чувствам придет черед в свое время, такой маленький ребенок все равно ничего не понимает и не воспринимает». Ведь уже в три года, когда ребенок, как правило, готов к поступлению в детский сад и впервые уходит из семьи в «общество», наступает иной этап эмоционального развития и возникают новые требования к воспитанию чувств. Дело не в том, что ребенок до той поры общался с детьми в яслях, в песочнице, у родственников и т.д., а в том, что до перехода из младенческого в дошкольный возраст он был еще недостаточно зрелым для общения, совместной игры, понимания другого ребенка, восприятия его как настоящего партнера. Да и понятие будущего для ребенка в этом возрасте слишком туманно – и отсюда естественный «эгоизм» этого периода. Ребенок, например, ни на минуту не может расстаться с дорогой ему вещью, потому что возможность получить ее обратно ему неясна.  Отдавая ее другому ребенку, он как бы теряет ее навсегда и, естественно, не хочет с этим примириться. А мы терзаемся его эгоизмом. И, как правило, зря, потому что по мере взросления он придет к более правильному пониманию о вещах, времени и об отношении людей к нему самому. Отсюда третий поучительный вывод: надо учить детей принимать и отдавать, а также делиться тем, что имеешь!

Надо помнить о том, что недостаточно любить ребенка и заботиться о его благе, необходимо любить людей, доверять им, проявлять к ним симпатию. Если мы сами способны на это, то легко научим своих детей и внуков.

Мы уже говорили, что нет универсального рецепта для воспитания чувств ребенка, но можно определить несколько правил.

Важно научить детей разделять радость других. Это одна из важнейших жизненных ценностей. Кто умеет радоваться за других, будет много радоваться в жизни. Научиться этому просто, каждый день предоставляет множество возможностей. Зачем ждать праздника, чтобы вместе с ребенком приготовить приятные сюрпризы родным? Можно с ним вместе убрать в доме, приготовить ужин, сделать сувенир своими руками. Это будет приятно всем. Ведь сделано это не за награду, а просто так – из любви.

Воспитание чувств – отнюдь не только ласки и нежные вздохи над любимым существом. Любить кого-нибудь – означает прилагать усилия для его блага, выдерживать и преодолевать неприятности во имя другого. Не следует, конечно, требовать от ребенка доказательств его любви, но надо осторожно и тактично внушать ему, что иногда придется и жертвовать своими удовольствиями ради удовольствия других.  Шажок на этом пути - угощение своим шоколадом или конфетой. Потом поможем бабушке сделать покупки и ради этого оторвемся от своей игры, как бы хорошо нам не игралось. С дедушкой поработаем в саду, а папе будем подавать инструменты, которые ему нужны, передадим соседям просьбу мамы, хотя, что и говорить, вместо этих дел время можно провести гораздо приятнее. А уж такую мелкую неприятность, как укол, можно стерпеть из героизма и самоуважения, а не для того, чтобы порадовать маму и папу.

Воспитание чувств у детей дошкольного возраста предполагает закрепление дружеских отношений с другими детьми. Разумеется, дружба в этом возрасте еще непостоянна и неглубока, ссоры – обычное дело. Но именно эта ранняя дружба основа более глубоких и прочных отношений в школьном возрасте и позже. Хорошо играть с другими детьми – означает вместе проводить время, радоваться, делиться игрушками. Таким путем ребенок осознает великую истину: самая большая радость в жизни – удовлетворение от общего дела, если оно удается. А удается оно лишь тогда, когда каждый вложит в него душу. Не надо высчитывать, кто сделал больше, кто меньше, но подчеркнем, что каждый должен внести свою лепту. Один делает одно, другой – другое, а в результате возникает, например, туннель в песке или удачная игра в дочки-матери.

Говоря о жизненной школе, нельзя забывать еще об одном неисчерпаемом источнике эмоционального созревания: совместные семейные ужины, минуты тепла и уюта, общие праздники. Хорошо, если семья хотя бы раз в день имеет возможность посидеть за общим столом, не отвлекаясь на рабочие дела и телевизор. Пусть каждый расскажет, как у него прошел день. Не беда, дети много не поймут. По тону нашего голоса, по интонации они прекрасно почувствуют нашу радость или огорчение, согласие или несогласие, нашу оценку событий. В эти минуты мы становимся самими собой. И это имеет, куда большее воспитательное значение, чем любые мудрые назидания. И вовсе не идеален обычный порядок: ужин, вечерняя прогулка для малышей и марш в постель спать, чтобы взрослые могли хоть минутку отдохнуть. Именно эта совместная минута перед сном необычайно важна для воспитания ребенка.

Если нам удается стать свидетелями детских игр в семью, в дочки-матери, мы удивляемся точности, с какой дети копируют наши слова, жесты, хорошие и плохие привычки. Делают это они с большим чувством и техническим совершенством. Ребенок перенимает не только наши слова, но и наши убеждения. Он всерьез гневается или  вальяжно рассуждает, тает от нежности или строго критикует, встает в гордую позу или опускает от безысходности руки. Дети перенимают не только наше отношение к близким людям, но и к людям вообще. Хороший пример исправит избалованного или эгоистичного ребенка. На удивление быстро можно вызвать враждебное отношение к одному из членов семьи, если произошла серьезная размолвка, развод и подобные события. Добрая бабушка за несколько дней станет чужой тетей только потому, что ребенок принял сторону матери, которая поссорилась с бабушкой. Стоит всегда помнить, что семейная жизнь чрезвычайно действенное воспитательное средство, и применять его следует разумно.

В процессе совместной жизни с родителями и другими членами семьи вырабатывается отношение детей к еде, удобствам, труду, отдыху. Наши заботы, надежды, планы, беседы за общим столом – неотделимая составляющая воспитания для будущей семейной жизни. Рядом с нами ребенок узнает о взаимоотношениях людей, перенимает и упражняется в них. Поскольку ничто в жизни не проходит бесследно, взаимоотношения повлияют позднее на собственную супружескую жизнь и будущих детей. Одно из наиболее частых педагогических просчетов, которые допускают добрые любящие родители, - недостаточное внимание к индивидуальности ребенка, его склонностям, качествам, темпераменту, жизненной направленности.

Дети разные. Наше главное правило: если у разных детей надо воспитывать одинаковые положительные качества, чтобы добиться гармонического развития их личности, т.е. достичь единой педагогической цели, надо с каждым обращаться немного иначе. Если ко всем подходить одинаково, применяя одни и те же воспитательные средства и методы, то кому-нибудь, возможно, это пойдет на пользу, на кого-то не повлияет, а на кого-то повлияет неблагоприятно, если не сказать – пагубно.

Каждый ребенок должен узнать и научиться многому: овладеть полезными навыками, научиться поведению в обществе, совместной работе, уважению к хорошим людям, выполнению долга, познать чувство ответственности и т.д. все это не приходит  само собой, но лишь вследствие сознательного, целенаправленного воспитания личности при полном уважении индивидуальности ребенка. Цель не в том, чтобы все дети были одинаковыми и одинаково себя вели, а в том, чтобы при всем разнообразии внешних данных и характеров все они достигли в жизни счастья и успехов.

Азы семейной педагогики:

**Каждый родитель мама и папа, являются воспитателями,** и **эти воспитатели не имеют право на ошибку.** Б**ывает очень обидно, если эти ошибки связаны с незнанием самого необходимого.**

Замечательным семейным психологом Раисой Викторовной Овчаровой предложены небольшие советы родителям по воспитанию детей. Это основы семейной педагогики помогут каждому родителю быть более уверенным в своих шагах в процессе воспитания маленькой личности.

***Совет первый****:* помните, что семья – это место духовного рождения человека. А.С. Макаренко писал: «Хотите, чтобы были хорошие дети – будьте счастливы. Разорвитесь на части, используйте все свои таланты, способности, привлеките ваших друзей, знакомых, но будьте счастливы настоящим человеческим счастьем».

В каждой семье должно быть интересно! Дом должен давать пищу детскому воображению и чувствам. Ведь дети чрезвычайно жадны до впечатлений.

Невозможно точно подсказать родителям, сколько часов в день, неделю надо заниматься воспитанием чувств. Ясно одно, что оно осуществляется непрерывно изо дня в день, что вся атмосфера жизни семьи, ее психический настрой, дух семьи влияют на детей совокупностью слагаемых, хороших и плохих.

***Совет второй****:* изживайте недостатки своего характера, чтобы не подавать дурной пример детям. В детстве дети неосознанно копируют нас, «списывая образцы поведения». И если мы замечаем, что ребенок несдержан, вспыльчив, агрессивен, то не преподали ли мы ему сами этот урок? Воспитать личность может только личность. Старайтесь быть личностью.

Весьма опасно держать детей в отчуждении и холодно сними обращаться. Детям необходима ласка, нежность и наша забота. Не бойтесь «перелюбить» своего малыша – обнимайте, милуйтесь, ласкайте его. Этим мы создаем душевное равновесие, смягчаем нрав ребенка, рождаем чувство покоя, раскованности и свободы. А это все составляющие счастливого детства.

***Совет третий****:* семейная педагогика должна быть деятельной. Всем известная истина гласит, что воспитание ребенка сильно не, сколько словом, сколько примером. В каждой семье должен царить дух деятельности, совместного и сердечного сотрудничества. Наверное, многие из нас могут сказать, что в наше время скоростей и высоких требований совершенно нет времени: работа, дела, заботы… Но прислушайтесь к тому, что сказала одна маленькая девочка в фильме «Любовь-морковь»: «Если бы у твоих мамы и папы «не было времени», то ты бы и на свет не появился!»

***Совет четвертый****:* чтобы действовать, надо знать, кого мы хотим вырастить. В наше время на смену стихийному течению событий должна прийти сознательная организация семейной жизни, семейного воспитания. Опыт показывает, что одних благих намерений не хватает. Давайте честно спросим себя, о чем мы, родители, думаем, глядя на нашего ребенка, когда он еще под стол пешком ходит? Мечтаем о его будущей профессии, о том, каким умным и красивым он будет. И, к сожалению, гораздо реже задаем себе

вопрос, каким человеком будет наш малыш. Какое он примет решение, если жизнь на одну чашу весов поставит его собственные интересы, планы, заботы, а на другую – чьи-то чужие?

***Совет пятый****:* учтите, что вы главные, но не единственные воспитатели вашего ребенка. Для начала попробуйте установить единые требования к ребенку внутри самой семьи. Мама и папа – главные воспитатели. Но возникает большой повод для беспокойства, если между супругами существует расхождение во взглядах на воспитание и несогласованность в обращении с детьми. А истина состоит в том, чтобы цели вашего воспитания были едины, но у каждого было право на несколько иной стиль общения с ребенком. Мама обеспечивает ему необходимую поддержку и тепло, а папа помогает преодолевать себя в борьбе со своим «не хочу».

Эти несложные, но главные правила семейной педагогики совместно с родительской любовью и заботой помогут воспитать из малыша достойного человека.

# КОНСУЛЬТАЦИЯ: «ПРОБЛЕМЫ РЕБЁНКА. КОМУ И КАК ИХ РЕШАТЬ?»

Безусловно, каждый родитель сам вправе выбрать вариант работы с проблемами ребёнка.

*Первый этап эмпатии:* дети должны быть услышаны (и поняты).  
Это этап, когда родители собирают информацию о том, что беспокоит ребёнка, выясняют его мнение по поводу того или иного требования, которое вызывает трудности. Как и у взрослых, у детей есть важные причины для беспокойства: голод, усталость, желание что-то купить или чего-то избежать. Задача родителя на этом этапе — показать ребёнку, что его заботы и тревоги важны для родителей. На этапе эмпатии не надо поучать детей, необходимо их выслушать и понять. К примеру, если ребёнок говорит «Я боюсь, что у меня под кроватью прячется чудовище», не стоит отвечать: «Да ладно тебе, нет там никакого чудовища». Так родители обесценивают тревогу, ребёнок чувствует, что его не слышат и не понимают. Важно указать на конкретную, а не на общую проблему, а также избегать оценочности («ты так ужасно себя вёл, кричал и дрался») или предположений («ты так себя ведёшь, потому что ты не любишь родителей»).

*Второй этап: определения беспокойства взрослых:* реальное влияние  
Сложность этого этапа состоит в том, что взрослые часто не задумываются о причинах собственного беспокойства и начинают предлагать или навязывать ребёнку собственные решения. Важно честно сказать ребёнку, что вас волнует. Можно так и начать: «Меня волнует, что…», а затем озвучить свою версию происходящего: «Мне кажется…». Например: «Меня волнует то, что я не всегда знаю, чем ты занимаешься на своём мобильнике или компьютере, поэтому не представляю, сколько времени ты реально проводишь за играми. Мне кажется, что из-за всех этих устройств ты поздно ложишься спать, и мало общаешься со мной, отцом и сестрой».

*Третий этап привлечения к участию:* совместная выработка решений  
Важно дать ребёнку понять, что проблему вы будете решать вместе, а не единолично. Для начала, можно сказать: «Давай подумаем, как мы можем решить эту задачу». Затем произнести наводящее на поиск решения предложение вроде: «Хотелось бы знать, есть ли какой-нибудь способ, чтобы пользоваться мобильником и компьютером для общения с друзьями, не засчитывая это в экранное время». После можно спросить: «У тебя есть какие-нибудь идеи?». Поначалу ребёнок может предлагать идеи, которые учитывают только его интересы. Но это не означает, что он предложил плохой вариант.  
Это означает то, что он пока не научился находить взаимовыгодные решения. Можно напомнить ему об этом, сказав примерно следующее: «Ну что ж, это хорошая идея, и я знаю, она устранила бы твою проблему, но не мою. Давай ещё подумаем, и, возможно, нам удастся найти выход, который удовлетворит нас обоих».

В конце разговора важно произнести фразу: «Если наши решения не сработают, поговорим о них ещё раз». Эти слова помогают понять каждому (и ребёнку, и родителю), что проблема может потребовать дополнительного обсуждения, поскольку она может вернуться или видоизмениться. Хорошие долгосрочные решения — это, как правило, улучшенные варианты предыдущих решений».

**КОНСУЛЬТАЦИЯ: «ПРИНЦИПЫ, ПО КОТОРЫМ НУЖНО СТРОИТЬ БЕСЕДУ С РЕБЁНКОМ ОБ АЛКОГОЛЕ И НАРКОТИКАХ»**

Со своим ребенком вы обсуждаете сердечные дела, отношения с друзьями (т.к. это очень существенно для него). Но так трудно сегодня начать разговор о том, что такое наркотики, алкоголь и какое вредное влияние они оказывают на организм. Почему? Если вам удастся информировать ребенка об этом прежде, чем он окажется перед дилеммой (Что делать? Согласиться на предложение друга покурить травку, выпить пиво или все-таки отказаться? А может быть для веселости запить одну таблетку экстази кока-колой или все-таки нет?), то скорее всего он сможет отказаться от наркотиков и алкоголя. Опыт показывает, что подростки, узнавшие от родителей о вреде, наносимом наркотиками и алкоголем, пробуют их реже, чем сверстники, которые ничего подобного от своих родителей не слышали. ЗНАЙТЕ! Ошибаются те родители, которые бояться касаться этой темы. Потому что им кажется, что они сами ничего не знают о алкоголизме и наркомании. Какой выход? Черпайте информацию в прессе, других источниках массовой информации. Родители, которые не говорят об этой проблеме со своими детьми, также ошибаются думая о том, что «с моим ребенком такое просто не может случиться, моего ребенка наркомания и алкоголь не коснется. Это касается тех, кто «на дне», а мой ребенок из интеллигентной семьи, он умница, сам все поймет, и не будет пробовать эту гадость». Но учтите, дети в подростковом возрасте прекрасно используют родительское доверие, и иногда могут являться в трех обличьях: одно для дома, второе для школы, третье для улицы и может оказаться, что этот «хороший ребенок», на самом деле обманывает своих родителей.

*Принципы, по которым нужно строить беседу:*

1. Вначале вам нужно выбрать подходящий для разговора момент. Исследования показывают, что информацию об алкоголе и наркотиках подростки чаще всего получают из телевизионных программ и кино. Поэтому разговор лучше всего начать после совместного просмотра фильма, в котором затрагивалась данная проблема.

2. Не беспокойтесь о том, что начатый вами разговор о вреде наркотиков и алкоголе сможет побудить его попробовать их (по принципу: запретный плод - сладок). Это маловероятно. Тогда бы они после лекций о правилах дорожного движения пробовали бы попасть под машину... Учтите: вы рассказываете своему ребенку о существующей опасности, чтобы он, встретившись с ней, знал, как действовать и чем рисковать.

3. Главное, чтобы ребенок из разговора понял, что вы никогда не смиритесь с тем, что он сможет употреблять алкоголь и наркотики. Никогда! Нигде! Не оставляйте возможности неправильно вас понять. Говорите о вредном влиянии наркотиков при каждом удобном случае. Один или два раза в год - недостаточно.

4. Говорите по-деловому, все поясняя. Будьте внимательным слушателем! Задайте ребенку вопросы и попросите, чтобы он задавал вам. Поймите суть того, что сказал вам ребенок. Просите его совета в делах, касающихся семьи. Если ребенок увидит вашу готовность слушать, ему будет легче обращаться к вам. Если ребенок сообщил вам что-то неприятное (может быть у него есть друг, который употребляет наркотики, или ваш ребенок признается, что сам на дискотеке пробовал покурить травку или выпить пиво), то очень важно сохранить спокойствие и реагировать так, чтобы дальнейший разговор не был прерван.

5. Расскажите ребенку о сущности наркобизнеса. О том, что вначале наркотики предлагаются бесплатно, а потом уже за огромные деньги. Через некоторое время наркотики принимают уже не для того, чтобы получить наслаждение, а как средство, чтобы избавиться от физических болей и хоть немного почувствовать себя нормально.

6. Детей, которые учатся в последних классах основной школы надо предупреждать о вредном воздействии ингаллянтов. Родители должны рассказать о тяжелых последствиях отравления и длительном процессе лечения. Вам необходимо предупредить, что достаточно один раз понюхать клей, чтобы это привело к разрушению мозга или даже смерти. Поэтому еще раз четко и ясно дайте понять в своем разговоре, что вы не хотите, чтобы он употреблял наркотики.

7. Еще раз надо ясно дать понять, что вы не хотите, чтобы ребенок употреблял марихуану. Это требование нужно четко сформулировать («Я буду сильно огорчен(а), если ты будешь курить травку»). Вы можете объяснить, что марихуана оказывает вредное воздействие на способность концентрироваться, на память, координацию движений, желание что-либо делать, из-за этого начнутся плохие отметки в школе и что этим всем ребенок огорчит любящих его людей. Это все вы можете сказать не угрожающим тоном, а доброжелательно и с пониманием: «Я люблю тебя и желаю тебе только добра, поэтому надеюсь, что ты не будешь употреблять наркотики».

8. Даже эксперименты с наркотиками и алкоголем очень опасны. Один единственный случай, когда ваш ребенок в наркотическом или алкогольном опьянении будет пересекать улицу, и неадекватно оценив ситуацию, вызовет автоаварию, может навсегда изменить его (и вашу) жизнь. Поэтому в разговоре обсудите, стоит ли дурман такого риска и что об этом думает ваш ребенок-подросток.

Как предостеречь ребенка от приема алкоголя и других наркотиков из-за скуки и праздного любопытства?

Выделяют два способа поддерживать здоровый образ жизни и творческую активность. *Первый* – стимулируйте участие ребенка в школьной или общественной деятельности, в спорте или музыке, не заставляя его быть лучшим или всегда побеждать. Специальные меры обычно не нужны, когда ребенок имеет позитивные увлечения. У него менее вероятно появление интереса к табаку, алкоголю или наркотикам, и его, вероятнее всего, не будет привлекать что-либо подобное.

*Второй способ* поддержать здоровый образ жизни и творческую активность – делать все вместе со своим ребенком. Этот способ позволяет достичь тесной духовной близости. Опыт свидетельствует, что дети чрезвычайно *ценят время, проведенное со своими родителями, и те дела, которые делали вместе.*

**КОНСУЛЬТАЦИЯ:** **«ПРИНЦИПЫ РАЗГОВОРА С РЕБЁНКОМ ОБ АЛКОГОЛЕ И НАРКОТИКАХ» С УЧАЩИМИСЯ 7-9 КЛАССА**

*Характеристика возраста 7-9 класса*

В этом подростковом возрасте взаимодействие родителей с детьми сводится только к контролирующему влиянию родителей. Проявление признаков созревания у подростков можно приравнять ко второму рождению. Дети хотят расстаться со своим прошлым, желая найти своё «новое лицо». А это может нести с собой разрыв со старыми друзьями, некоторыми учителями и взрослыми.

В этом возрасте для подростков важна сильная эмоциональная поддержка с вашей стороны. А правильная модель поведения будет тем примером, который служит основой для формирования поведения вашего ребёнка.

Подростки обычно начинают пробовать табак, алкоголь или наркотики в 7-8 классе. Если вы обсуждаете в семье алкоголь и наркотики, то концентрируйте внимание на их быстром и неприятном эффекте.

Информация для старшеклассников, который курит, о том, что у него будет рак лёгких и неприятности с сердцем через несколько лет, обычно не достигает своей цели и не имеет никакого влияния на него. С ним лучше говорить о том, что у него будет неприятный запах изо рта, потемневшие зубы и прожжённая одежда. А также возможно будут трудности в близком общении с любимой девушкой, если ей неприятен запах табака.

Большая часть ваших усилий в эти годы должна быть направлена на усиление у вашего ребёнка мотивации избегания алкоголя и других наркотиков.

*Вот несколько советов мотивации избегания алкоголя и наркотиков:*

* Очень многие молодые люди начинают употреблять наркотики потому, что их употребляют друзья. Постарайтесь нейтрализовать влияние сверстников своим влиянием. Организуйте совместные семейные праздники, походы в кино, прогулки в лес.
* Усильте введённые ранее в вашей семье позиции противоалкогольных и противонаркотических правил. Акцентируйте внимание на том, насколько непредсказуемый эффект могут оказывать алкоголь и другие наркотики. И хотя многие люди, употреблявшие наркотики, чувствуют себя хорошо, убеждайте вашего ребёнка, что употребление наркотиков очень рискованно, и это плохой опыт, приводящий к изменению всей жизни.
* Познакомьтесь с друзьями ребёнка и их родителями. Во время встреч обсудите с родителями друзей ожидаемую модель поведения ваших детей. Выработайте совместные правила о времени возвращения ваших детей домой, о проведении вечеринок на территории родителей друзей.
* Постарайтесь контролировать местонахождение вашего ребёнка. Если ваш ребёнок в доме друга, будьте уверены, что вы знаете друга и его родителей. Если ваш ребёнок пошёл в кино, необходимо знать какой фильм и в каком кинотеатре. Внезапное изменение планов: посещение другого друга или поход в кинотеатр, если только это не согласовано лично с вами, не должно остаться незамеченным.

Для того чтобы ребёнок чувствовал себя уверенным, он должен обладать знаниями.

*К концу 9 класса ваш ребёнок должен знать:*

* Характеристики наркотиков, химическое описание конкретных наркотиков. Стадии химической зависимости, непредсказуемость влияния наркотиков на людей с различными физиологическими особенностями.
* Влияние наркотиков на слизистую носоглотки, на функции нервной и половой системы.
* Пути воздействия наркотиков и алкоголя на людей, чья деятельность требует концентрации внимания (водитель автомобиля, участник спортивных соревнований).
* Ребёнку необходимо рассказать историю семьи, уделив особое внимание родственникам с алкогольной и наркотической зависимостью. Так как в результате генетической предрасположенности ребёнок находится в «группе риска», и даже разовое употребление наркотиков может спровоцировать возникновение зависимости.
* Тренируйтесь с ребёнком говорить «Нет». Учите ребёнка узнавать проблемные ситуации. Определите круг ситуаций, в которых вашему ребёнку могут быть предложены алкоголь или другие наркотические средства, и заставляйте ребёнка практиковаться говорить «Нет». Проговаривайте их до тех пор, пока не будете уверены, что ребёнок знает, как отказаться от наркотика и алкоголя и обосновать свой отказ.

Дети в этом возрасте озабочены тем, как их воспринимают другие. Вы можете помочь сформировать позитивное самовосприятие: завоевание чувства уважения и компетентности среди сверстников, желание выглядеть хорошо, чувствовать себя здоровым. В этот период важно участие ребёнка в спортивной секции, что помогает ему хорошо выглядеть в физическом плане.

В своё свободное время обсуждайте с ребёнком, что он чувствует, что для него важно сейчас. У вашего ребёнка, возможно, есть страхи по поводу сексуальности, которая отличает его от друзей. Так как подростковый возраст- возраст подготовки к интимным отношениям, у подростков развивается способность любить и быть любимым.

* Периодически просматривайте и обновляйте с ребёнком домашние правила и его обязанности на дому. Ограничивайте его пребывание у телевизора, компьютера и регулируйте «комендантский час».
* Чаще говорите с ребёнком о понятии «дружба». И отмечайте то, что настоящие друзья не будут предлагать и заставлять делать то, что принесёт вред себе, друзьям, и семьям друзей.
* Планируйте совместные (или «контролируемые») вечеринки, для постановки акцента на антиалкогольных правилах. Приглашайте друзей своего ребёнка в гости пить чай или смотреть телевизор.

**КОНСУЛЬТАЦИЯ: «ПРИНЦИПЫ РАЗГОВОРА С РЕБЁНКОМ ОБ АЛКОГОЛЕ И НАРКОТИКАХ» С ДЕТЬМИ ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ.**

На первый взгляд кажется, что таким маленьким детям знания о наркотиках не нужны. Но основные привычки и отношение к алкоголю формируются в детстве. Поэтому дети в этом возрасте могут получить определённые практические навыки решения проблем и принятия решений, которые в дальнейшем понадобятся для отказа от наркотиков и алкоголя в будущем. Ваша роль как родителей чрезвычайно велика именно в вопросе предупреждения алкоголизма и пристрастия к наркотикам, Почему? Потому что раннее предупреждение употребления алкоголя и наркотиков более эффективно - это очень важно. Детство-это время, когда вы можете доверительно обсуждать с ребенком опасности алкоголя, табака и других используемых детьми веществ, до того как они столкнутся с ними в будущем.

*Обратите особое внимание вашего ребёнка на ядовитые предметы*, находящиеся в вашем доме (растворители, лаки, краски, средства для ухода за мебелью, инсектициды). Все они имеют предупреждающие знаки и надписи, которые вы можете прочитать своему ребёнку. Храните эти предметы в местах недоступных для детей, согласно инструкции.

*Объясните ребёнку, насколько могут быть опасны медикаменты*, если их принимать неправильно. Учите его не брать без разрешения ничего из медицинских упаковок. Обговорите с ним круг тех людей, которые могут давать ему лекарства: родители, бабушка, врачи и т.д.

*Упражнение:* возьмите в одну руку разноцветные конфеты, например «Skitls», «M&Ms» в другую разноцветные различные таблетки. Обсудите с ребёнком, как они похожи, но одни из них безопасны, а другие при неправильном употреблении могут быть даже смертельны. От имени игрушки, с которой любит играть ваш ребёнок, расскажите ему историю про мальчика, который без разрешения взрослых проглотил таблетки, потому, что они были похожи на конфеты. И чем это закончилось. *Ребёнок должен знать, что отсутствие зависимости от табака, алкоголя или наркотиков* в будущем поможет приобрести хороших друзей и занять лучшее положение в обществе. Для того чтобы стать успешным в жизни, дети должны научиться эффективно общаться, уметь действовать в коллективе и выбирать друзей, не имеющих зависимости от алкоголя и наркотиков.

*Необходимо объяснить ребенку,* что алкоголизм - это болезнь, подобно раку или диабету, и они могут ненавидеть болезнь, но любить больного родителя. *Дети, как губки, впитывают все, что говорят родители. Поэтому нередко у них такие же взгляды, как и у отца с матерью*.

Когда родители рассказывали детям, что пробовали пить, курить или употреблять наркотик (делали примерно 80% родителей), дети чаще позитивно смотрели на данные вопросы. В связи с этим ученые рекомендуют умалчивать о своем прошлом. Причем, молчать стоит даже в том случае, если опыт носит негативный характер. Чем чаще родители говорили о том, что они сожалеют о своем опыте, тем больше школьники нейтрально или позитивно смотрели на сигареты, наркотики и спиртное. Идея проста: «Если это делали мои родители, значит, курение не так плохо и опасно». А вот когда родители не говорили о личном опыте, притом, подчеркивая вред употребления наркотиков, ребенок негативно смотрел на обсуждаемый предмет. Можно рассказывать поучительные истории про других детей, попробовавших наркотики, спиртное и сигареты, советуют ученые.

Научные исследования показывают, что взгляды большинства людей на употребление алкоголя и курение сходны с взглядами их родителей. В глазах детей отношение к вредным привычкам характеризуется количеством выпитого и выкуренного вами. Они видят, как вы пьете или курите, как принимаете спиртное, когда управляете машиной, катаетесь на лодке, купаетесь или заняты любой другой деятельностью, опасной для выпившего человека. Дети употребляющих алкоголь родителей чаще становятся алкоголиками. Особенно опасно бравировать этими вредными привычками перед детьми.

А вот если родители воздерживаются от выпивки - это является положительным примером.