

Предотвращение отчужденности между родителями и детьми

Очень часто у нас возникают трудности и вопросы, которые касаются наших взаимоотношений с ребенком: недопонимание, нежелание подростка делиться беспокоящими его проблемами с родителями, конфликты, беспричинно пониженное настроение, нежелание выполнять просьбы и указания родителей, непослушание. А ведь причина этих проблем в том, что иногда мы не учитываем возрастные особенности и потребности наших детей, навязывая им свое собственное мнение, иногда неправильное. Мы забываем, что наш ребенок уже вырос и у него появились свои интересы, желания, проблемы, стремления и часто считаем, что нам виднее и лучше знать, что ему необходимо и как лучше поступить. Но, не меняя отношения к своему ребенку, не задумываясь о том, что важно ему, а не нам, мы рискуем натолкнуться на ещё большие проблемы в общении с нашими детьми: конфликты, отказ от общения ребенка с родителями, обида.



Эта проблема может коснуться каждого ребенка и возникнуть на любом этапе его развития, не зависимо от возраста. Ведь ребенок, развиваясь, впитывает слова, поведение, упреки родителей на протяжении всего периода взросления.

Многие родители считают, что ребенок навсегда в их власти - это заблуждение. Ведь указывая как жить, что делать и т.д. вы говорите ребенку о том, что он не способен сам принимать решения и выбирать то, что он считает нужным для себя. Не научившись на своих пробах и ошибках, ребенок не сможет привить себе навыки самостоятельной жизни.

Давайте зададим себе мысленно следующие вопросы:

- Давно ли вы разговаривали со своим ребенком по душам?
- Есть ли у вас общие с ребенком интересы?
- Часто ли вы с ребенком заняты общим, интересным для него делом?
- Может ли ваш ребенок доверить вам секрет?
- Можете ли вы назвать свои взаимоотношения с ребенком доверительными и доброжелательными?
- Обращается ли ваш ребенок к вам за помощью в трудные для него минуты?

Если на все вопросы вы ответили положительно, то вас не задела данная проблема. Если хоть один вопрос заставил вас задуматься, то проблема отчужденности между родителями и детьми для вас будет актуальна.

А часто ли родители отвечают детям подобным образом:

- Мам, а давай вместе поиграем...

- Ой, я так устала, давай завтра!

- Пап, а давай куда-нибудь сходим!

- Иди к маме, не приставай ко мне!

- Мам, посмотри что я нарисовал...

- Видишь я занята, давай потом!

- Папа, помоги сделать...

- Я занят!

- Мама иди сюда, я хочу тебе показать...

- Ну что там ещё! Я так устала...

- Можно я позову друзей в гости?

- Ты что? Убирать ты не хочешь, а друзей приглашаешь! Потом мне убирать после вас? И т.д.

Если мы не изменим ситуацию, не научимся слушать и слышать, находить время для общения, то к чему это может привести?

Это ведет к тому, что ребенок начинает бояться что-то сделать противоречащее требованиям родителей и окружающих, остерегается говорить о неудачах, боясь наказания или не желает рассказывать события пройденного дня, так как, по его мнению, родителям не до него, они постоянно заняты и не хотят его слушать. Это снижает самооценку ребенка. У ребенка начинают развиваться различные комплексы, которые приводят к проблемам в общении ребенка со сверстниками, нежеланию учиться, развитию различного рода страхов, повышенной тревожности, агрессивности по отношению к окружающим, раздражительности. Такому ребенку тяжело адаптироваться в социальной среде, тяжело вести полноценную самостоятельную жизнь.

Ситуацию можно исправить, изменить или не допустить её следуя следующим **рекомендациям**:

1. Внимательно выслушайте ребенка, даже если его поступок вас категорически не устраивает или противоречит вашим убеждениям (не всегда подросток совершает поступки специально, чтобы позлить вас. Ведь

если что-то случилось он и так испытывает страх или беспокойство рассказывая вам, и в первую очередь ждет от вас помощи и понимания, а не порицания и наказания). Понимание вовсе не означает всепрощение. Оно создает твердую основу, на которой можно строить дальнейшие отношения с ребенком.

2. Четко формулируйте причину своего недовольства и спокойным, доброжелательным, но твердым тоном объясните ребенку, почему он не должен поступать так или иначе, употребляя выражения: "постарайся в следующий раз так не поступать", "пожалуйста, предупреждай меня если задерживаешься", "я переживаю", "меня это беспокоит", "я очень волнуюсь, когда..." и т.п. Грубость всегда вызывает ответную реакцию и она не бывает положительной.

3. Сформулируйте четко, чего вы ждете от ребенка. Ребенок должен знать и понимать, почему его наказывают или почему он не должен себя вести так или иначе. Он не должен думать, что у родителей плохое настроение или им просто нравится ругать его. (Слайд 9).

4. Установите правила в семье, но в таком случае следите за тем, чтобы правила распространялись на всех членов семьи (требуется их четкое выполнение от всех членов семьи), иначе ребенок будет думать, что он ущемлен или не такой как все, раз их выполнение требуют только него, а остальные могут делать все что хотят.

5. Если у ребенка нет увлечений, помогите ему в его поиске. Понаблюдайте за ним, чем он интересуется или поговорите с ребенком, чем он хотел бы заниматься. Увлечения позволяют ребенку лично развиваться и уберечь его от вовлечения в плохие компании. Если у ребенка будет хобби, ему не захочется от скуки искать себе приключений на улицах, ему будет интересно заниматься своим делом.

6. Цените моменты откровенности своих детей, искренне интересуйтесь его проблемами.

7. Общайтесь с ребенком на равных, тон приказа срывает не в вашу пользу. Дайте понять ребенку, что вы на его стороне, что вы его понимаете в готовы всегда прийти на помощь, не зависимо от обстоятельств.*

8. Уважайте потребность ребенка в уединении, в личной жизни. Этот принцип требует некоторой дистанции, что может показаться для некоторых родителей невозможным. Но следите за тем, чтобы уединение не было

регулярным и длительным по времени, так как это говорит о проблемах в личной жизни подростка.

9. Избегайте громких фраз и проповедей. Попробуйте разговаривать, а не читать лекции. Избегайте заявлений типа «Когда я был в твоём возрасте...»...

10. Не навешивайте ярлыков. «Ты глупая и ленивая. Никогда ничего не добьёшься». Такое «навешивание» ведёт к тому, что предсказание исполняется само собой. Ведь дети склонны соответствовать тому, что о них думают родители.

11. Избегайте крайностей: давать полную свободу так же неверно, как и категорически запрещать.

12. Необходимо понимать, что ребенок может не сразу вас послушать и вовсе не должен беспрекословно следовать вашим советам.