

Родители и взрослеющие дети: как успешно строить взаимоотношения

*Советы педагога-психолога Староминского района Краснодарского края
Жерновой Галины Ивановны*

В 5-ом классе у детей начинают проявляться первые признаки подросткового кризиса: негативизм, непослушание, грубость, что может вызвать конфликты между ними и родителями. Наши дети взрослеют, и нам с вами хотелось бы, чтобы проблем в общении и во взаимодействии с ними становилось меньше, но так не происходит. Очень часто приходится слышать от родителей, что они не могут построить взаимоотношений со своими подрастающими детьми, дети их не слушают и не принимают во внимание их мнение. В школе и дома хотят, чтобы дети были «удобные», послушные. И недоумевает взрослое поколение, почему они такие? Как найти путь к бесконфликтному общению? А просто начинается кризис подросткового возраста. Нас волнует поведение подросших детей и трудности связанные с этой проблемой.

Но как часто мы говорим своему ребёнку: *«Не бегай, не прыгай, не лезь, не упади, перестань дрыгать ногами, стой смирно и.д.»*. Мы также говорим ему: *«Не трогай то, не трогай это, убери руки, что у тебя за руки крюки и т.д.»*. А ещё мы, взрослые говорим ему: *«Не слушай, это не для твоих ушей, уши закрой, ты чего уши развесил...»*. А ещё взрослые часто говорят: *«Рот закрой, не ори, не кричи, звук выключи, оставь изображение, можешь ты, в конце концов, помолчать, и т.д.»*. И, наконец, мы говорим: *«Не смотри этот фильм, журнал, перестань глазеть и т.д.»*.

Вот какого ребёнка мы получили, связанного по рукам и ногам, давайте спросим его, как он себя чувствует? И это ещё не всё, когда в таком состоянии «ребёнку» хочется нам что-то сказать, показать, а он не может этого сделать, от бессилия он начинает плакать, хныкать и т.д. Мы говорим: *«Не ной, не реви, не позорь меня»*.

Теперь мы сделали запрет на чувства, мы запретили даже плакать. Каждый имеет право чувствовать то, что он чувствует. Но родители часто способны отобрать это право.

И при этом мы хотим, чтобы наши дети всесторонне развивались.

Непослушных детей, а тем более «отбившихся от рук», принято обвинять, ругать. На самом деле в число «трудных» обычно попадают дети не «худшие», а чувствительные и ранимые. Они «сходят с рельсов» под влиянием жизненных трудностей, реагируя на них сильнее, чем более устойчивые дети. «Трудный» ребёнок нуждается в помощи, а не в критике и наказаниях. Следует искать причины стойкого непослушания ребёнка, а не наказывать его.

Существует четыре основные причины нарушений в поведении, которые приводят к тому, что ребёнок становится «трудным», а порой неуправляемым. Рассмотрим их:

1. Причина первая: борьба за внимание. Непослушание – это тоже возможность привлечь к себе внимание. Если ребёнок не получает внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит способ его получить: он не слушается.

2. Причина вторая: борьба за самоутверждение. Это борьба против чрезмерной власти и опеки. Ребёнок объявляет войну бесконечным указаниям, замечаниям и опасениям взрослых. Закон физики: чем сильнее действие, тем сильнее противодействие. Чем сильнее давят взрослые, тем сильнее сопротивляется ребёнок. (Показ руками давление и сопротивление). Возможность иметь своё мнение, принимать собственное решение – это возможность приобретать свой опыт, пусть даже ошибочный.

3. Причина третья: желание отомстить. Ребёнок может мстить. Дети часто бывают обижены на родителей:

- за сравнение не в его пользу со старшими или младшими братьями и сёстрами;
- за развод и появление нового члена семьи;
- за унижение друг друга членами семьи;
- за несправедливость и невыполнение обещаний;
- за чрезмерное проявление любви взрослых друг к другу;
- за то, что ребёнка отлучили от семьи (бабушка опекун). В глубине души ребёнок переживает и даже страдает, а на поверхности всё те же протесты, непослушание.

4. Причина четвёртая: неверие в собственный успех. Причинами неверия в собственный успех могут стать учебные неудачи, взаимоотношения в классе и с учителем, низкая самооценка. Ребёнок переживает неблагополучие в какой-то одной области. А неудачи у него возникают совсем в другой. Например: у мальчика не сложились отношения в классе, а следствием стала запущенная учёба. Накопив горький опыт, ребёнок теряет уверенность в себе и приходит к выводу: «Нечего стараться, всё равно ничего не получится» Это - в душе, а поведением он показывает: «Мне всё равно, пусть буду плохим. Мы взрослые, родители и учителя должны помнить: *всякое отклонение в поведении – это крик о помощи!*

Психолог: вы не поверите, вам может показаться неожиданным тот факт, что детям нужны порядок и правила поведения, они хотят и ждут их. Правила и разумный распорядок даёт ребёнку чувство безопасности и уверенности. И если по этому поводу существуют проблемы, то, скорее всего дело не в самих правилах, а в способах их «внедрения». Поэтому сегодня мы рассмотрим правила, с помощью которых можно наладить и поддержать в семье бесконфликтную дисциплину.

1. Правила должны быть обязательно в жизни каждого ребёнка.

2. Взрослые должны согласовать правила между собой. Даже если один родитель не согласен с требованиями другого, лучше в эту минуту промолчать, а потом уже без ребёнка обсудить разногласия.

3. При наказании ребёнка лучше лишать его хорошего, чем делать ему плохое.

4. Дайте свободу. Спокойно свыкнитесь с мыслью, что ваш ребёнок уже вырос и всё время удерживать его возле себя не удастся, а непослушание – это стремление выйти из-под вашей опеки.

5. Никаких нотаций. Больше всего подростков раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный вежливый тон и откажитесь от категорических оценок и суждений. Поймите: ребёнок имеет право на свой собственный взгляд и собственные выводы.

6. Уступает тот, кто умнее. Костёр ссоры погаснет, если в него не подбрасывать дров. Когда и родители, и дети охвачены негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает.

7. Не надо обижать. Прекращая ссору, не стремитесь сделать больно ребёнку с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребёнок учится у вас. Подводя итог всему сказанному выше, можно сделать выводы:

1. Любую информацию можно преподнести в позитивном ключе.
2. Ограничения и запреты должны соответствовать его возрасту и его опыту.
3. Ограничение должно быть выполнимым.

Понять лучшие способы воспитания поможет это стихотворение от лица ребёнка:

- Чем проповедь выслушивать,
Мне лучше бы взглянуть.
И лучше проводить меня,
Чем указать мне путь.
Глаза умнее слуха,
Поймут всё без труда,
Слова порой запутаны,
Пример же – никогда.
Должно быть можно верить
И мыслям и словам,
Но я уж лучше погляжу,
что делаешь ты сам.
Вдруг я неправильно пойму
Твой правильный совет.
Зато пойму, как ты живёшь,
По правде или нет.
Ребёнок учится тому, что видит у себя в дому.
Родители – пример ему!