

«Общение родителей и детей»

Уважаемые родители!

Один из известных педагогов говорил, что «дети — это наше будущее, правильное их воспитание — это наше счастливое будущее, плохое воспитание — это наше горе и слёзы». Какими наши дети выйдут в мир взрослости, во многом зависит от нас с вами. Как и что нужно сделать, чтобы наши дети были счастливы, доверяли нам, делились своими радостями и горестями, были откровенны. Давайте сегодня поговорить о нашем общении с детьми.

2. Работа над понятием — общение.

Что же такое общение? Как вы думаете?

Общение — это процесс взаимодействия родителя и ребёнка, который направлен на взаимное познание, установление и развитие взаимоотношений. Роль общения в жизни человека велика. Для этого достаточно вспомнить примеры из жизни, лишения общения. Это когда «Маугли» рос в волчье стае и не мог иметь нормальное развитие.

Итак, общение — это главное условие для развития и жизни человека. Каким вы видите общение с вашими детьми? Встречаются ли трудности?

Не всегда порой мы знаем выход из сложившихся ситуаций. Детям хочется тепла, ласки, понимания, а мы часто пытаемся заработать на хлеб насущный, приходим домой уставшими, на общение часто уже не способными. Растёт стена непонимания недоверия, возникают конфликты. А по данным социального опроса установлено, что за сутки родители ребёнку уделяют всего 10-20 минут.

Возможно, знания стилей общения многим из вас помогут в воспитании детей столь открытых в данном возрасте.

3. Знакомство со стилями общения

Авторитарный стиль общения. Родители хорошо представляют, каким должен вырасти их ребенок, и прилагают к этому максимум усилий. В своих требованиях они очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что ребёнку порой неуютно под их контролем. В общении с ребёнком они отдают приказы и ждут, что ребёнок в точности их исполнит. Закрыты для постоянного общения с детьми, устанавливают жёсткие требования и правила, не допускают их обсуждения, позволяют детям лишь в незначительной степени быть независимыми. Их дети, как правило, замкнуты, боязливы, угрюмы и зависимы, раздражительны. Девочки на протяжении подросткового возраста остаются пассивными и зависимыми. Мальчики могут стать неуправляемыми и агрессивными.

Либеральный стиль общения. Родители слишком высоко ценят своего ребёнка, считают простительными его слабости. Легко общаются с ним, доверяют ему во всём. Не запрещают и не ограничивают. Однако стоит задуматься: по плечу ли ребёнку такая свобода? В такой семье ребёнок слабо

или совсем не регламентирует поведение. Детям предоставлен избыток свободы, т. е. руководство родителей незначительно, не устанавливается никаких ограничений. Поэтому дети склонны к непослушанию, агрессии. На людях ведут себя неадекватно и импульсивно, не требовательны к себе; лишь в некоторых случаях дети становятся сильными и решительными, творческими людьми.

Индиферентный стиль общения. Проблемы воспитания не являются для родителей первостепенными, поскольку у них другие заботы. Свои проблемы ребёнку приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большее — участие и поддержку с вашей стороны. Родители не устанавливают никаких ограничений, безразличны к собственным детям, закрыты для общения. Если безразличие родителей сочетается с враждебностью, то ребёнка ничто не удерживает, чтобы дать волю самым разрушительным импульсам и проявить склонность к поведению, отклоняющемуся от нормы.

Авторитетный стиль общения. Родители осознают важную роль в становлении личности, но за ним признают право на саморазвитие, осознают какие требования необходимо диктовать, а какие обсуждать. Открыты для общения, признают и поощряют детей, допускают изменения своих требований в разумных пределах. Дети превосходно адаптированы, уверены в себе, развит самоконтроль, хорошо учатся, обладают высокой самооценкой.

Давайте посмотрим, каким образом происходит общение с детьми в семье, какие чаще всего используются вами фразы, попробуем определить стиль общения.

Фразы родителей:

Указание. Сделай уроки, вымой посуду, сходи в магазин.

Поощрение. В твоей комнате порядок! Молодец!

Психологическая поддержка. Постарайся выполнить аккуратно домашнее задание.

Угроза. Сейчас же наведи порядок в комнате, приду, проверю!

Вывод: среди фраз, обращённых к детям, преобладают фразы, содержащие указания, иногда угрозу, реже обмен информацией, ещё реже поощрения и хвалу.

Помните!

- Ребёнка постоянно критикуют — он учится ненавидеть.
- Ребёнок живёт во вражде — он учится быть агрессивным.
- Ребёнок живёт в упреках — он учится жить с чувством вины.
- Ребёнок растёт в терпимости — он учится понимать других.
- Ребёнка хвалят — он учится быть благородным.
- Ребёнок растёт в безопасности — он учится верить в людей.

- Ребенка поддерживают — он учится ценить себя.
- Ребёнка высмеивают — он учится быть замкнутым.
- Ребенок живет в понимании и дружелюбии — он учится находить любовь в этом мире.

4. Доверительность общения

Каким образом можно построить ваше общение и детей в семье, чтобы отношения становились доверительными?

Самое главное, никогда не воспитывайте в плохом настроении, оценивайте поступок, а не личность, умейте видеть в детях только хорошее. Разрешайте конфликты мирно, ведь «худой мир, лучше доброй ссоры», в минуты сильнейшего раздражения на ребёнка сядьте напротив него и пристально в течение минуты разглядывайте его от макушки до пят, пытайтесь обнаружить в нём свои чёрточки. Как вы думаете, чем это закончится?

Перед вами несколько советов от Д. Карнеги, которые возможно помогут преодолеть возникшие проблемы в общении.

- Начинайте с похвалы и искреннего признания достоинств ребёнка.
- Прежде, чем критиковать, скажите о своих собственных ошибках.
- Задавайте вопросы, вместо того, чтобы отдавать приказания.
- Хвалите ребёнка за каждый, его успех и будьте при этом искренними.
- Пользуйтесь поощрением, сделайте так, чтобы недостаток, который вы хотите исправить, выглядел легко исправимым, а дело, которым вы хотите его увлечь, легко выполнимым.
- Делайте так, чтобы ребёнку было приятно исполнить то, что вы хотите.

4. Невербальное общение

Сейчас мы с вами говорили об общении, все эти приёмы относятся, к вербальному общению (беседы, похвала, пожелания и т. д.) Но в общении огромную роль играет невербальное общение.

Невербальное общение — это использование мимики, жестов, взгляда. К нему относится тактильное общение, т. е. телесное прикосновение — это похлопывание по плечу, поглаживание по голове, поцелуи, просто доброе прикосновения. Ведь такое общение развивает в ребёнке все положительные качества: доброжелательность, спокойствие, удовлетворенность, чувство защищенности.

Я прошу вас ответить вопросы (про себя):

- С каким лицом вы чаще всего общаетесь со своим ребёнком?
- С каким лицом чаще всего общается ваш ребёнок?

· Каким, по вашему мнению, должно быть лицо вашего ребёнка во время общения с вами?

Ответили?

Вывод. Чаще улыбайтесь, искренняя улыбка поможет снять недоверие, создаст благоприятную обстановку для общения, улыбающийся человек располагает себя к общению.

Теплота и мягкость обращения подбадривают, вселяют уверенность, способствуют развитию привязанности к родителям, друзьям, самому себе. И возможно, сегодня мы не решим всех проблем по этому вопросу, но если вы задумались, взяли себе на заметку некоторые советы, значит, разговор состоялся.

Один мудрец сказал, что человеку дана единственная роскошь. «Единственная настоящая роскошь — это роскошь человеческого общения».

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ КАК НЕ ДОПУСТИТЬ СУИЦИД У ПОДРОСТКА

Что в поведении подростка должно насторожить родителей?

- Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь ваше внимание к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об этом, то значит, этого не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца.
- Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.
- Резкое изменение поведения. Например, стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей.
- У подростка длительное время подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.
- Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.
- Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание.
- Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
- Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.
- Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
- Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
- Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха (особенно в семье).
- Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).
- Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).

Что делать родителям, если они обнаружили опасность?

- Если вы увидели хотя бы один из перечисленных выше признаков – это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание своему подростку и поговорить с ним. Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше. Не игнорируйте ситуацию. Даже, если ваш сын или дочь отказываются от помощи, уделяйте ему больше внимания, чем

обычно.

- Обратитесь к специалисту самостоятельно или с ребенком.

Что могут сделать родители, чтобы не допустить попыток суицида

- Сохраняйте контакт со своим ребенком. Важно постоянно общаться с подростком, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей.

Для этого:

- расспрашивайте и говорите с ребенком о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым.

- придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так. Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному!

- помните, что авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть, агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета. Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас, и его.

- Говорите о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что ваш ребенок хочет, как он намерен добиваться поставленной цели, помогите ему составить конкретный (и реалистичный) план действий.

• Говорите с ребенком на серьезные темы: что такое жизнь? в чем смысл жизни? Что такое дружба, любовь, смерть, предательство? Эти темы очень волнуют подростков, они ищут собственное понимание того, что в жизни ценно и важно. Говорите о том, что ценно в жизни для вас. Не бойтесь делиться собственным опытом, собственными размышлениями. Задумчивая беседа на равных всегда лучше, чем «чтение лекций», родительские монологи о том, что правильно, а что неправильно. Если избегать разговоров на сложные темы с подростком, он все равно продолжит искать ответы на стороне (например, в интернете), где информация может оказаться не только недостоверной, но и небезопасной.

- Сделайте все, чтобы ребенок понял: сама по себе жизнь – эта та ценность,

ради которой стоит жить. Если ценность социального успеха, хороших оценок, карьеры доминирует, то ценность жизни самой по себе, независимо от этих вещей, становится не столь очевидной. Важно научить ребенка получать удовольствие от простых и доступных вещей в жизни: природы, общения с людьми, познания мира, движения. Лучший способ привить любовь к жизни – ваш собственный пример. Ваше позитивное мироощущение обязательно передастся ребенку и поможет ему справляться с неизбежно возникающими трудностями.

- Дайте понять ребенку, что опыт поражения также важен, как и опыт в достижении успеха. Рассказывайте чаще о том, как вам приходилось преодолевать те или иные трудности. Конструктивно пережитый опыт неудачи делает человека более уверенным в собственных силах и устойчивым. И наоборот: привычка к успехам порою приводит к тому, что человек начинает очень болезненно переживать неизбежные неудачи.
- Проявите любовь и заботу, разберитесь, что стоит за внешней грубостью ребенка. Подросток делает вид, что вы совсем не нужны ему, он может обесценивать проявления заботы и нежности к нему. Тем не менее, ему очень важны ваша любовь, внимание, забота, поддержка. Надо лишь выбрать приемлемые для этого возраста формы их проявления.
- Найдите баланс между свободой и несвободой ребенка. Современные родители стараются раньше и быстрее отпускать своих детей «на волю», передавая им ответственность за их жизнь и здоровье. Этот процесс не должен быть одномоментным и резким. Предоставляя свободу, важно понимать, что подросток еще не умеет с ней обходиться и что свобода может им пониматься как вседозволенность. Родителю важно распознавать ситуации, в которых ребенку уже можно предоставить самостоятельность, а в которых он еще нуждается в помощи и руководстве.
- Вовремя обратитесь к специалисту, если поймете, что вам по каким-то причинам не удалось сохранить контакт с ребенком. В индивидуальной или семейной работе с психологом вы освоите необходимые навыки, которые помогут вам вернуть тепло, доверие и мир в отношениях с ребенком.