

## Что нам мешает слышать ребенка?

### «10 помех»:

1. **Приказы, команды, отрицающие чувства** (подросток поссорился с другом, плачет: «Прекрати плакать!»-обида у ребенка гарантирована);

2. **Предупреждения, предостережения, угрозы** («Если ты еще раз получишь двойку...»);

3. **Мораль, нравоучения, проповеди** («Каждый человек должен...», «Учиться – это твой долг...»- вызывают скуку, потом агрессию и чувство вины);

4. **Советы и готовые решения** («Я бы на твоём месте...», «Не послушалась, вот и ...» - советы не работают, раздражают, позиция родителя «всегда сверху»);

5. **Доказательства, нотации и выводы** («Пора бы уже знать, что мальчики в твоём возрасте...» - вызывают борьбу и месть);

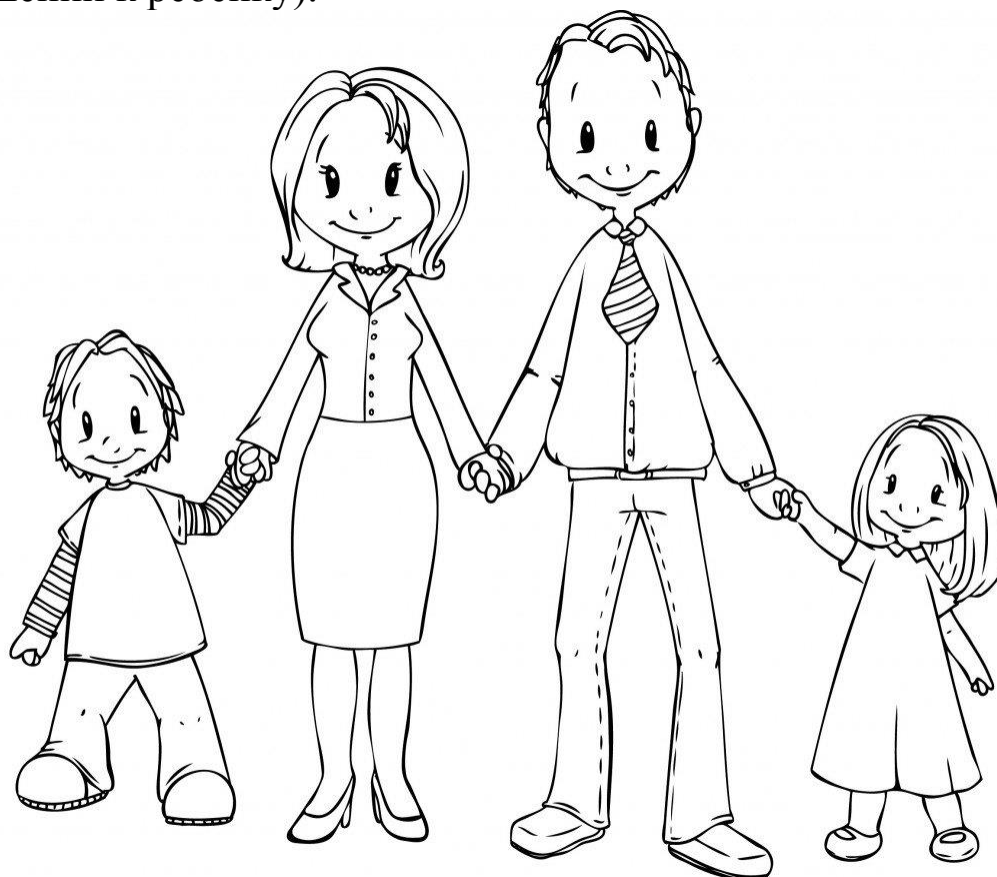
6. **Критика, выговоры, обвинения** («Все из-за тебя», «Вечно ты...» - Результат: избегание неудач, низкая самооценка);

7. **Обзывания и высмеивания** (даже шуточные);

8. **Догадки и интерпретация** («Небось опять...», «Я тебя насквозь вижу...»);

9. **Сочувствие на словах, уговоры** («Успокойся, это ерунда. Не обращай внимания. Ничего страшного...»);

10. **Отшучивание** (Уход от разговора и т.п.- пренебрежение в отношении к ребенку).



Чтобы взаимоотношения родителя и ребенка носили гармоничный характер, необходимо соблюдать **правила общения.**

**16 «золотых» правил, которые помогут вам жить в мире с подростком:**

**1. Проявляйте терпение.**

**2. Устанавливайте доверительные отношения** (уровень открытости ребенка напрямую связан с его ощущением своей безопасности рядом с вами).

**3. Сдерживайте эмоции** (чаще всего у нас возникает негативное отношение к совершенному поступку, а не к самому ребенку). Вопросы, которые нужно задать себе, если вы сильно рассержены поведением ребенка: «Чего я хочу достичь: наказать его? Выразить свое отношение к поступку? Помочь ему осознать свою неправоту? Или решить вместе с ним проблему?». Потом спросите себя, что повлекло такую бурную реакцию?

**4. НЕ рубите с плеча.**

**5. Будьте последовательны и постоянны.**

**6. Заинтересуйте подростка в изменении себя.**

**7. Стремитесь к разумному компромиссу и гибкости решений.** Каждый подросток старается сохранить свою целостность, пощадить свою самооценку. Поэтому, решая что-либо вместе с ребенком, идите на уступки, которые позволят ему сохранить свое лицо.

**8. Поощрение и наказание должны быть адекватны совершенному поступку.**

**9. НЕ старайтесь «все понять»** (и при этом необходимо помнить, что мы никогда не можем быть абсолютно правы в глазах наших детей).

**10. Понимать ребенка не значит одобрять его поведение.**

**11. Щадите «больные места» подростка и его самолюбие.**

**12. Избегайте нотаций и проповедей.**

**13. Говорите и выясняйте все вовремя.**

**14. НЕ переносите свои недостатки на ребенка.**

**15. НЕ прогнозируйте неудачи** (позитивные высказывания, нет негативным установкам).

**16. Будьте другом, а не подружкой** (держите уважительную дистанцию, не допускайте фамильярности).

**Главный закон семьи предполагает:**

Все заботятся о каждом члене семьи, а каждый член семьи, в меру своих возможностей, заботится обо всей семье!

Антон Семенович Макаренко писал: **«Хотите, чтобы были хорошие дети – будьте счастливы».**