

«Способы конструктивного взаимодействия ребёнка – подростка в семье. Жизненные цели подростка»

Подготовила педагог-психолог Лидского РСПЦ
Шеповалова М.Н.

*«Поверь мне, счастье только там, где любят нас, где верят нам»
Михаил Лермонтов*

Проблема отношений родителей и детей уходит корнями далеко в прошлое, но актуальна и в настоящее время.

Родители и дети связаны естественным повседневным общением. В ходе общения родители передают свой опыт, представления об окружающей действительности. Основу таких отношений составляют родственные связи, чувства материнства и отцовства, которые проявляются в родительской любви и заботливой привязанности детей и родителей.

В разные возрастные периоды в жизни каждого человека появляются значимые люди. Сначала, в раннем возрасте – это мама, в дошкольном периоде – оба родителя, в младших классах – учитель, а в подростковом возрасте значимые становятся **сверстники**. И как основное новообразование в данном периоде – это **«общение со сверстниками»**.

Рассмотрим возрастные особенности подросткового возраста, **положительные и негативные изменения:**

Положительные изменения, происходящие с подростком:

- Проявление чувства взрослости;
- Рост самосознания, самооценки, саморегуляции;
- Повышенное внимание к своей внешности;
- Проявление самостоятельности в приобретении знаний и навыков;
- Появление познавательной мотивации;
- Желание быть не хуже, а лучше других.

Негативные изменения, происходящие с подростком:

- Раннимая неустойчивая психика, высокая тревожность;
- Проявление эгоцентризма;
- Намеренная манипуляция взрослыми;
- Внутренний конфликт с самим собой и окружающими;
- Повышенное негативное отношение к учителям, родителям, взрослым;
- Страх одиночества (мысли о суициде).

Подростковый период называют **«переходным возрастом»**, почему такое название, рассмотрим на схеме.

1. Особенности подросткового возраста



Данные противоречия в переходном периоде приводят к нарушениям отношений между **родителями и детьми**. А ведь **детско-родительские отношения** – это **система** разнообразных чувств **родителей** по отношению к ребенку, а также **ребенка** по отношению к родителям, особенностей восприятия, понимания характера личности и поступков друг друга.

Составляющими детско-родительских отношений являются **стили и методы воспитания, родительские установки и психологический климат в семье**.

□ **Стиль и тип воспитания** зависит не только от социокультурных правил и норм, представленных в виде традиций в воспитании, но и от педагогической позиции родителя относительно того, как должны строиться детско-родительские отношения в семье, на формирование каких качеств и черт у детей должны направляться его воспитательные воздействия. В соответствии с этим родитель определяет модель своего поведения с ребенком.

Выделены следующие **типы семейного воспитания**:

- «Кумир семьи»;
- «Гиперопека»;
- «Гипоопека»;
- «Ежовые рукавицы»;
- «Повышенная моральная ответственность»;
- «В культе болезни»;
- «Сотрудничество».

В семьях, где используют такие типы воспитания как:

«Кумир семьи», «Гиперопека», «Повышенная моральная ответственность», «В культе болезни». В семье проявляется чрезмерная

забота о ребенке. Такие типы воспитания могут привести к появлению у ребенка черствости, эгоизма, агрессии по отношению к другим.

Есть и такие семьи, где используют другие типы воспитания: «Гипоопека (игнорирование), «Ежовые рукавицы». В таких семьях дети вырастают лицемерами, лживыми, раздражительными, эмоционально неустойчивыми.

В семьях, где ведущим типом взаимоотношений является «Сотрудничество», дети вырастают уверенными, инициативными, доброжелательными, самостоятельными.

Гармоничные детско-родительские взаимоотношения:

- Наличие эмоциональной атмосферы в семье (преимущественно положительные эмоции);

- Эмоциональное принятие ребенка (безусловная любовь к ребенку – «Люблю ребенка не за что-то, а потому что он Мой ребенок»);

- Эмоциональная близость детей и родителей (оказание эмоциональной поддержки, через слова: «У тебя все получится» удовлетворение ребенка в эмоциональном контакте – мама обнимает, целует, гладит).

□ Установки в детско-родительских взаимоотношениях

Родителям особенно важно понять, какую роль в эмоционально-личностном развитии ребёнка играют родительские установки.

Родительские установки – это система родительского эмоционального отношения к ребенку, восприятия ребенка родителем и способов поведения с ним.

Родителям стоит осторожно и внимательно относиться к своим словесным обращениям к ребёнку, оценкам поступков ребёнка, **избегать негативных установок**, которые впоследствии могут отрицательно проявиться в поведении ребёнка.

Сказав так, подумайте о последствиях и вовремя исправьтесь, например:

□ Негатив – "Ничего не умеешь делать, неумейка!".

Последствия установки: неуверенность в своих силах, низкая самооценка, страхи, задержки психического развития, безынициативность, низкая мотивация к достижению.

Позитив – "Попробуй ещё, у тебя обязательно получится!".

□ Негатив – "Ты совсем, как твой папа (мама)...".

Последствия установки: трудности в общении с родителями, идентификация с родительским поведением, неадекватная самооценка, упрямство, повторение поведения родителя

Позитив – "Папа у нас замечательный человек!", "Мама у нас умница!".

□ Негатив – «Горе ты моё!».

Последствия установки: чувство вины, низкая самооценка, враждебное отношение к окружающим, отчуждение.

Позитив – «Счастье ты моё, радость моя!».

Примеры позитивных родительских установок. Чаще используйте такие фразы:

- Ты самый любимый!
- Ты очень многое можешь!
- Что бы мы без тебя делали?!
- Иди ко мне!
- Садись с нами!
- Я помогу тебе...
- Я радуюсь твоим успехам!
- Чтобы не случилось, наш дом – наша крепость!

Конструктивные детско-родительские отношения во многом зависят и от методов воспитания.

Методы воспитания детей с особенностями в развитии

Наиболее сложным для родителей является практическое применение того или иного метода воспитания.

Выделяют следующие методы воспитания: **убеждение; личный пример; поощрение; наказание; воспитывающие ситуации.**

В данном возрастном периоде, при использовании метода "убеждения" уместна форма общения - "диалог на равных", т.е. в позиции взрослый - взрослый.

При использовании метода "личный пример", вернемся к истокам народной мудрости: "Ребенок учится тому, что видит у себя в доме".

Использование "поощрений", в воспитательном процессе, помогает добиться от ребенка положительных результатов быстрее и эффективнее, особенно если как поощрение будет приятное семейное времяпровождение.

Наказание детей всегда необходимо сопровождать сочувствием, поддержкой, прощением и обучением. Здесь неуместно физическое наказание, скорее ограничение в удовольствиях.

Воспитывающие ситуации можно использовать на примере уважения к старшему поколению, в приобщении к труду, распределении домашних обязанностей, заботе о домашних питомцах, подготовке и проведении семейных праздников, в семейном чтении художественной литературы, при просмотре и обсуждении телепередач и фильмов (художественного, научного, документального содержания).

Психологический климат в семье.

В каждой семье бывают те или иные события, которые влияют на психологический климат семьи.

Переживания, тревога родителей влияют на эмоциональную и поведенческую системы. Ребенок тонко чувствует, а затем и дублирует все изменения в поведении родителей.

Хорошее настроение родителей, их уверенность в своих силах самым благоприятным образом сказывается в взаимоотношениях.

Способы улучшения психологического климата в семье:

- Контакт «глаза в глаза»,
- Физический контакт,
- Активное слушание,
- Выезд на природу, пикник,
- Семейное чтение и обсуждение,
- Совместное творчество, развлечения,
- Совместные прогулки, спорт,
- Досуг, путешествия, семейный отпуск и т.д..

Правила общения с ребенком

Многих родителей интересуют вопросы:

- Как правильно общаться с ребенком, чтобы не потерять его доверия?
- Как слышать и слушать своего ребенка, чтобы быть интересным собеседником?

Памятка для родителей!

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 ребёнку).

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».