

Взаимопонимание в семье, как его добиться.

Отношения в семье между детьми и взрослыми должны быть демократичными, т.е. воспитание ребёнка должно учитывать интересы ребёнка, его дарования, склонности, строить взаимоотношения с ребёнком нужно на взаимопонимании, взаимоуважении, сопереживании и сочувствии, необходимо также создать условия для свободного развития ребёнка, предоставить ему право выбора такого вида деятельности, который отвечает его потребностям. Важно, чтобы общение с детьми строилось на принципах равенства и уважения. В атмосфере любви, доброжелательности, доверия ребёнок легко и охотно принимает родительские советы.

Школьники из семей, где поддерживаются добрые, уважительные отношения, высоко оценивают свою семью, они хотели бы в будущем унаследовать специальности родителей и их человеческие качества.

Какие же существуют проблемы между родителями и детьми?

Большинство подростков утверждают, что родители мало дают им свободы, постоянно контролируют их действия. Можно предположить, что, получив свободу, подростки будут счастливы. На самом деле это не так, получив свободу, подростки начинают вести себя ещё хуже, этим самым они пытаются вынудить родителей вернуться к контролю за ними. Одной частью своего существа ребёнок стремится к свободе, для того, чтобы иметь возможность принимать ответственные решения, другая часть существа боится этой свободы и не готова самостоятельно принимать решения. В подростковом возрасте ребёнок чаще всего со стороны родителей получает отрицательное внимание: осуждение, разного рода свидетельства неодобрения его поведения, попытки усиленного контроля. Родителям можно дать следующий совет: не нужно контролировать решения, которые на самом деле принадлежат вашей дочери или вашему сыну (сходить в кино, к подруге или другу и т.д.). От контроля надо отказываться постепенно, если родители искренно и последовательно претворяют своё решение в жизнь, то постепенное ослабление контроля, основанное на доверии, благоприятно влияет на взаимоотношения между детьми и родителями.

Нужно всегда помнить, что у взрослых и детей, различные сферы занятий, различная деятельность. Это закономерно, поэтому нужно взрослым научиться считаться с интересами детей и научить детей считаться со своими интересами.

Подростковый возраст – это время конфликтов с родителями. Результаты опросов свидетельствуют, что двое ребят из каждых пяти, постоянно конфликтуют со своими родителями, причём «пик» конфликтов приходится на подростков 12-13 лет. В подростковом возрасте сила эмоций преобладает чаще, чем сила разума. Подросток ещё не в состоянии спокойно и чётко обосновать свои требования. Вихрь чувств захлёстывает его, он хочет сказать правду, а получается грубость, пытается настоять на своём, а выглядит упрямым. Самый незначительный конфликт может привести к вспышке, взрыву. Советы родителям: в момент такого взрыва помолчать, а когда страсти утихнут, сказать: «Ну, а теперь давай поговорим спокойно», а может быть дать подростку возможность уединиться. И вы заметите, что ему становится стыдно за своё поведение, и он в дальнейшем будет задумываться над формой выражения своих чувств и мыслей. Конфликты между родителями и подростками происходят в основном потому, что они обусловлены физическим и духовным ростом подростков, поэтому родителям нужно избегать неоправданных конфликтов. Не надо дёргать детей по ничтожным поводам, не надо постоянно опекать их, но родители должны постоянно следить за мировоззрением детей, и где это необходимо, вести убедительные разговоры с детьми.

Взрослым необходимо создавать условия для развития подростков, нужно помогать им развивать чувство правильной самооценки и давать им при необходимости правильные советы. Родители должны понимать и внезапные перемены настроения подростков, и странные на первый взгляд увлечения, и эксцентрическое поведение, и новый лексикон, и неудачные начинания. Если то, в чём вы ограничиваете своих детей, не является запрещённым, аморальным или дорогим удовольствием, откажитесь от запретов, покажите подросткам разумные пути для претворения в жизнь их энергии.

**Чтобы между родителями и детьми сложились хорошие отношения
нужно придерживаться следующих советов:**

1. Если вы чего-то боитесь, чётко изложите сыну или дочери в конкретной форме свои страхи и опасения.
2. Постоянно показывайте сыну или дочери свою готовность его (её) выслушать и понять. Понимание не означает прощение неправильных поступков.
3. Помните, что ваш сын или дочь не обязательно должны следовать всем вашим советам.
4. Будьте честны перед детьми, подростки не доверяют тем старшим, которые не искренни с ними. Не давайте обещаний, пока не уверены, что сможете их выполнить.

**Только при учёте всего этого возможен осмысленный диалог между
родителями и детьми, ведь подростки ценят в родителях, прежде
всего:**

- умение понимать сына или дочь;
- умение поддержать и подсказать в трудную минуту;
- умение быть заботливым, любящим, добрым, отзывчивым, часто улыбающимся;
- умение уважать своих детей, считать их равноправными членами семьи.

Мы привыкли, что дети просят о чём-то родителей. А сами мы умеем просить детей или только приказываем? Постарайтесь овладеть культурой просьбы.

1. Никогда не попрекайте ребёнка ни возрастом: «Ты уже большой», ни полом: «А ещё мальчик», ни куском хлеба: «Мы тебя кормили, поили...».
2. Когда ребёнок что-то рассказывает вам, дайте ему понять, что вы его внимательно слушаете. Не надо в это время заниматься своими делами, т.к. ребёнок чувствует, что не в центре вашего внимания, и у него пропадает охота говорить.
3. Имейте мужество предстать перед детьми со всеми своими человеческими чувствами и слабостями, исследования показывают, что когда один человек в чём-то признаётся другому, он, как правило, получает в ответ аналогичное признание.
4. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим вы научите своих детей уступать, признавать ошибки и поражения.
5. Помните, что, повышая голос или поднимая руку на ребёнка, вы каждый раз сокращаете возможность взаимопонимания.
6. Когда сын или дочь возвращаются, встречайте их у дверей. Ребёнок должен знать, что вы рады его возвращению, даже если он и провинился.
7. Подростки – ужасные скептики, не затевайте с ними бесконечных споров. Относитесь к скептицизму терпимо. Со временем пройдет.
8. Договаривайтесь с ребёнком заранее о тех домашних делах, которые он должен сделать. Старайтесь, чтобы ваше «сделай», «сходи» не заставляло сына или дочь врасплох, ведь у них тоже могут быть свои важные дела.
9. Когда вам хочется сказать ребёнку: «не ври, не лги, не обманывай», скажите лучше: «кажется, кто-то говорит неправду».
10. Когда вы раздражены, начните говорить с ребёнком тихо, едва слышно. У многих родителей раздражение сразу проходит.
11. Когда вы что-то запрещаете ребёнку, объясняйте причину запрета, при этом требования родителей должны быть согласованы.
12. Помните, что в любом конфликте как минимум двое участников и ребёнку нелегко, ведь он слабее и неопытнее.

УДАЧИ ВАМ!