

Правильно доносить свои мысли

Наверняка вы часто слышали фразу: «мой ребёнок/родитель меня не понимает». Эта проблема возникает из-за того, что изначальный посыл слов был искажен неправильной итоговой формулировкой. Например, когда родитель говорит ребенку «ты должен вернуться домой до десяти вечера», ребёнок может отреагировать агрессивно и воспринять это как посягательство на свою свободу, из-за чего возникает конфликт. Но если изменить данную фразу на «вернись, пожалуйста, домой до десяти вечера, потому что будет уже темно, а я переживаю за тебя», то мы видим совершенно иной эффект. Смысл остался тот же, но теперь это не выглядит как приказ, а как проявление заботы родителя.

Не противоречить своим словам

Когда вы чему-то поучаете своего ребенка, вы не должны при этом действовать наоборот. Например, когда родитель говорит, что курить нельзя, но при этом сами курит, у ребенка происходит диссонанс слов и действий. Конечно же, такие слова теряют какую-либо силу и просто игнорируются.

Сохраняйте спокойствие.

В жизни бывают всякие обстоятельства, которые в любом случае не решаются беспокойством нервами и переживаниями. Сохраняйте спокойствие, а все негативные эмоции направьте на спорт или на другие дела, требующие физической силы.

Любите свою семью

И наконец, последнее, что стоит сказать, это то, что вы должны любить своего ребенка просто за то, что он ваш ребенок. Ни за высокие оценки, ни за успехи в спортивных соревнованиях, а за то, что он у вас есть. Точно также это работает и в обратную сторону. Родителям порой приходится сложно, они могут совершать ошибки, но их дети всегда для них на первом месте, и поэтому им очень важно чувствовать ответную любовь своих детей. Делясь своими теплыми чувствами друг с другом вы наверняка обеспечите гармоничные и комфортные отношения для всех членов семьи, а это, как мы уже поняли ранее, очень важно.



Гармония в детско-родительских отношениях



*Дети чувствуют, кто их любит
(И. С. Тургенев «Отцы и дети»)*

Семья является особой и очень важной формой взаимодействия между людьми, которые включают в себя как супружеские отношения, так и детско-родительские. От психологического климата родительской семьи (семья, в которой человек рождается или воспитывается) и корректности воспитания, во многом зависит то, каким вырастет человек – его характер, мировоззрение и модель поведения в репродуктивной семье (семья, которую человек создает сам).



Главная цель каждого родителя заключается в том, чтобы воспитать своего ребенка в нормальной психологической обстановке и вырастить из него полноценную личность. Чтобы достичь этой цели, прежде всего, необходимо установить гармоничные отношения между родителями и детьми.

Принципы построения гармоничных отношений

Кооперативность

Что же это такое? Кооперативность – это взаимодействие, направленное на достижение общих целей, в нашем случае это гармоничная атмосфера в семье.

Обратная связь ребёнка также важна, как и «первый шаг» родителя – вовлечены должны быть все. Это не только обеспечит более продуктивное эмоциональное сближение обеих сторон, но и упростит решение любых возникающих проблем.

Общение

Общение самый главный источник благополучия в семье. Это ваша ответственность выбирать, каким должно быть именно в вашем доме. Не поленившись потратить силы на разработку коммуникационных навыков, вы откроете множество дверей для успешного будущего в отношениях с детьми. Здесь важно сотрудничество и доверие друг к другу.

Находиться на одном уровне

Для совместного решения проблем родителю и ребенку необходимо понимать друг друга, разговаривать на одном и том же языке, то есть быть друзьями. Ребёнок никогда не расскажет о своих переживаниях родителю, который считает себя выше ребенка и не воспринимает его всерьез.

Эмоциональная вовлеченность и совместная деятельность

Интересоваться жизнью своего ребенка – важное условие для того, чтобы не отдаляться от него. Это также работает и в обратную сторону, так как родителям порой бывает больно видеть, как дети игнорируют их в пользу своих друзей и/или увлечений. Это ни в коем случае не значит, что нужно бросать всё и уделять время только семье. Отличным выходом будет иметь какой-то вид деятельности, который будет вас объединять – например, совместный просмотр фильма по выходным.

Подавайте пример открытого выражения чувств, слов поддержки.

Даже если в вашей семье не приняты нежные проявления чувств, никогда не поздно начать практиковать объятия и поцелуи и говорить друг другу «Я тебя люблю». Приветствие и прощание, сопровождаемое теплым объятием, показывает, что вы любите и уважаете другого человека. Слова поддержки также способствуют проявлению привязанности.

