

Автор: Г. Сыч, психолог детской поликлиники



Жизнь каждого из нас начинается в семье, протекает, бурлит в семье и в ней же заканчивается. И есть ли что-либо другое, большее по значимости, для каждого из нас, чем семья?

**Мы все родители.** Даже тот, кто не родил ребенка, живет в окружении детей, а значит, выполняет воспитательные функции.

Быть родителями нелегко, это вечный труд, наполненный как радостями, так и огорчениями, это труд самоотдачи, самопознания, самопроявления. Но есть ли более великое предназначение, чем вырастить хороших детей, продолжить в них свою жизнь?

Неустанно идет процесс переосмысления роли семьи в жизни каждого человека, общества в целом. Мы видим, что альтернативы семье нет. Наша общая задача – способствовать повышению авторитета семьи личности, создать необходимые условия для развития его в данном качестве.

Немало родителей тратит свою энергию, силы, время на обретение материальных благ, чтобы **«было, что оставить детям»**, **«чтобы им жилось лучше»**, но нет большего богатства, чем здоровая, благородная душа детей, выросших в семье, их искренняя любовь к родителям, земле, их родивших и воспитавших. Душа рождается в семье, и поэтому способствует весь ее уклад, бескорыстные усилия родителей и близких.

## **10 ПРАВИЛ, ПОМОГАЮЩИХ УЛУЧШИТЬ И УКРЕПИТЬ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ДЕТЬМИ**

Общайтесь друг с другом.

Общение – основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Если

по каким-то причинам вы перестали общаться, возникают проблемы, нарастает непонимание, и в итоге вы оказываетесь изолированными от своего ребенка. Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Помните об этом всегда будьте готовы к откровенному, открытому общению со своим ребенком.

[Выслушивайте друг друга.](#)

Умение слушать – основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны. Умение слушать означает:

быть внимательным к ребенку;

выслушивать его точку зрения;

уделять внимание взглядам и чувствам вашего ребенка, не споря с ним;

не настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо.

Ставьте себя на его место.

Подростку часто кажется, что его проблемы никто никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно.

Расскажите ему о своем опыте.

Очень часто ребенку трудно представить, что вы тоже были молоды. Расскажите ему, что и перед вами стояли проблемы выбора и принятия решения, хотя не следует пересказывать длинные истории из вашего детства, начинающиеся словами: «когда я был в твоём возрасте...». Объясните ребенку, что в детстве вы тоже были не подарок и тоже делали ошибки. В сложных ситуациях очень помогает совместное обсуждение проблемных вопросов. Вспомните пословицу «Одна голова хорошо, а две лучше». Также пусть ваш ребенок знает, что и вы хотели бы делиться с ним своими проблемами и заботами.

### Будьте рядом.

Вы не можете всегда быть со своим ребенком. Вам нужно работать, да и отдыхать когда-то тоже надо. Ребенок должен понимать. Вы можете установить определенное время, когда можно собраться вместе и обсудить любые проблемы и заботы. Или договориться, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит.

### Действуйте твердо, но последовательно.

Быть твердым – не значит быть агрессивным. Это значит быть уверенным, что ваши взгляды и чувства известны, и вы хотите, чтобы ребенок их уважал. Будьте последовательны! Не меняйте своих решений, не угрожайте тем, что вы никогда не сделаете. Это может подорвать доверие в вам.

### Проводите время вместе.

Очень важно устраивать с ребенком совместный досуг, вашу совместную деятельность. Пусть это будет поход в кино, на стадион, в парк, просто совместный просмотр телевизора.

### Дружите с его друзьями.

Порой друзья оказывают огромное влияние на поступки вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление с их стороны.

Помните, что ваш ребенок уникален.

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки.

Показывайте пример.

Ребенок с раннего детства усваивает особенности поведения, которые в дальнейшем воспроизводит, основываясь на вашем личном примере. Нельзя убедить ребенка что-то делать или не делать, демонстрируя ему противоположное поведение. Например, родительское пристрастие к алкоголю и табаку и декларируемый запрет на них детям дает повод обвинить вас в неискренности, в «двойной морали».