**Клуб заботливых родителей**.

Как же правильно общаться со своим ребенком? Вопрос этот сложен и прост одновременно. Сложен потому, что на наш стиль общения влияет очень много факторов, большинство из которых нами не осознаются. Специалисты пришли к выводу, что стиль родительского взаимодействия непроизвольно запечатлевается в психике ребенка еще в дошкольном возрасте. Став взрослым, человек воспроизводит его как естественный. Таким образом из поколения в поколение происходит социальное наследование стиля общения: большинство родителей воспитывают детей так, как их самих воспитывали в детстве. В то же время способ нашего взаимодействия с ребенком зависит от моды в обществе на определенные педагогические идеи, от нашего ближайшего окружения - родственников и друзей, от стиля общения между другими членами семьи, от возраста родителей, от условий быта, и от многих других причин.

И все-таки, общаться с ребенком просто. Потому что не всегда, но часто этот процесс приносит радость. А чтобы общение всегда было полезным и взрослому, и ребенку родителям, можно использовать несколько правил.

**Правило 1**

Безусловно принимать ребенка - значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть.

Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: "Если ты будешь хорошим мальчиком, то я буду тебя любить". Или: "Не жди от меня хорошего, пока ты не престанешь…(лениться, грубить, драться), не начнешь (слушаться, убирать игрушки)." В этих фразах ребенку сообщают, что его принимают условно, то есть любят, "только если…". Условное, оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры и внедряется в сознание с детства. Причина оценочного отношения к детям - вера в силу награды и наказания. Похвалишь ребенка - и он укрепится в добре, накажешь - и зло отступит. Но на деле получается, что чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится. Потому что воспитание - это не дрессура, а родители существуют не для того, чтобы вырабатывать условные рефлексы.

Безусловное безоценочное принятие - это удовлетворение одной из фундаментальных человеческих потребностей - потребности в любви, в принадлежности, в нужности другому. Эта потребность удовлетворяется, когда мы сообщаем ребенку: "Как хорошо, что ты у нас родился", "Ты мне нравишься", "Я люблю, когда ты дома", "Мне нравится делать это вместе с тобой." Подобны этим сообщениям и "бессловесные" формы принятия: взгляды, ласковые прикосновения, позы и жесты. Психологи говорят, что 4 объятия в день просто необходимы ребенку для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее 8 объятий в день! И между прочим, не только ребенку, но и взрослому.

Мы далеко не всегда следим за своими обращениями к детям. А дети буквально понимают такие наши фразы, как: "Ты меня в могилу сведешь", "Ты постоянно мне мешаешь", "Как я от тебя устала", "Как мы были счастливы в молодости, до твоего рождения", "Я всем пожертвовала ради тебя".

Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают, критикуют его, тем быстрее он приходит к мысли: "Меня не любят". Доводы типа: "Я же о тебе забочусь" или "Ради твоей же пользы" дети не слышат, т.к. для них тон важнее слов. Если обычно тон родительского голоса сердитый, строгий, то ребенок ощущает себя плохим, "не таким", несчастливым.

Значит ли это, что родители никогда не должны сердиться на своего сына или дочь? Нет. Скрывать и тем более копить свои негативные чувства ни в коем случае нельзя. Обратим внимание на

**Правило 2**

* Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.
* Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными они ни были.
* Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим: иначе оно перерастет в неприятие.

Родителям мешает принимать своего ребенка настрой на воспитание, который выливается в требованиях, критике, напоминаниях и нотациях, в борьбе за послушание и дисциплину. Но дисциплина должна возникать не до, а после установления добрых отношений, и только на базе их. Воспитательный настрой может быть связан со стремлением компенсировать свои жизненные неудачи, не осуществившиеся мечты или желанием доказать всем свою незаменимость или "тяжесть бремени родительского долга".

Другая причина, мешающая безоценочному принятию, - неосознаваемое эмоциональное отвержение. Например, родители не ждали ребенка, он появился в "неподходящий" момент, или ребенок не того пола, которого ждали, или слишком тяжело дались роды и первые дни, или уродился слишком болезненным.

Как определить, принимаем ли мы своего ребенка? Постарайтесь подсчитать, сколько раз за день вы обратились к своему ребенку с эмоционально положительными высказываниями (приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько - с отрицательными (упреками, замечаниями, критикой) и сравните результаты.

А теперь на минутку закройте глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (подругу). Как вы выражаете свою радость? Неужели собственный ребенок меньше радует нас своим появлением?

Теперь рассмотрим ситуацию, в которой ваш ребенок чем-то занят, но делает что-то плохо, "не так". Представьте себе картину: малыш увлеченно возится с мозаикой. Получается не очень хорошо: детали рассыпаются, вставляются не в те дырочки, в которые хотел попасть ребенок, да и цветочек на цветочек совсем не похож. Вам хочется вмешаться, помочь, показать. И вот вы не выдерживаете: "Надо не так, а вот так". Но ребенок недовольно отвечает: "А я хотел не так. Я сам.".

Вообще разные дети по-разному реагируют на родительское "не так ", одни грустнеют и теряются, другие обижаются, третьи - бунтуют. Почему детям не нравится такое общение? Потому что мы навязываем ребенку "простоту" там, где ему трудно. Посмотрим на годовалого малыша, который учится ходить. Вот он отцепился от вашего пальца, делает первые неуверенные шаги. При этом он покачивается, напряженно двигает ручонками. Но он доволен и горд! Мало кому из родителей придет в голову поучать: "Разве так ходят? Смотри как надо!". Или: "Ну что ты все качаешься? Сколько раз я тебе говорила: не маши руками! Ну-ка пройди еще раз и как следует".

Так же нелепы критические замечания в адрес ребенка, который учится чему-то. Важно оставлять ребенка в покое, если он хочет делать что-то сам и делает это с удовольствием.