

Гармония детско-родительских отношений

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) и корректности воспитания, во многом зависит то, каким вырастет человек – его характер, мировоззрение и модель поведения в репродуктивной семье (семья, которую человек создает сам).

Сегодня мы поговорим о взаимоотношениях родителей со своими детьми, а именно о том, по каким принципам стоит строить гармоничные отношения со своим ребенком/родителем.

Кооперативность

Самый первый и самый важный пункт. Он очень важен по той причине, что при его отсутствии не будет работать всё то, о чём мы будем говорить с вами дальше. Итак, что же 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.



Находиться на одном уровне

Пункт, плавно вытекающий из предыдущего. 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 – главный посыл в соблюдении баланса. Отличным выходом будет иметь какой-то вид деятельности, который будет вас объединять – например, совместный просмотр фильма по выходным.



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.

Не направлять свои негативные импульсы в семью

Бывают такие ситуации, когда на работе/в школе происходят ситуации, которые негативно влияют на ваше настроение. Важно, чтобы эмоции получили выход и не угнетали вас, но ни в коем случае нельзя направлять их на семью. Сорваться на близком легко, но заново построить ранее выстроенную линию отношений с каждым разом будет все сложнее. Для того, чтобы это предотвратить необходимо придумать куда внутреннее напряжение можно перенаправить – например, в спорт или творчество.



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.



