

*«Терпеливо слушать - одно из величайших совершенств, которое только возможно в общении».*

*Франсуа де Ларошфуко*

Быть родителем – настоящее искусство. И это искусство состоит в том, чтобы не только учитывать свои желания, но и потребности ребенка с учетом его возрастных особенностей.

Родители и взрослеющие дети...

Так ли уж велика между ними пропасть непонимания?

Одним из самых действенных способов сотрудничества со своим взрослеющим ребенком является общение, в том смысле, что это и выделение свободного времени для того, чтобы выслушать, и правила эффективного общения и, конечно, настроение родителя.

❖ **Что делать, если не действует сила запрета?**

**Используйте правило общения без «НЕ».**

Преобразование неэффективных слов и выражений с частицей «НЕ» в эффективные слова и выражения без частицы «НЕ»:

*«Не огрызайся» - «Будь вежливее»*

*«Не разбрасывай» - «Будь аккуратнее»*

*«Не кричи» - «Говори потише»*

❖ **Как повысить ответственность за поступки?**

**Используйте способ преобразование «ты-сообщения» в «я-сообщения».**

Часто родители в общении с детьми используют «ты-сообщения» (**ты** не должен так себя вести, у **тебя** всегда что-нибудь случается и т. д.). А можно, и лучше использовать «я-сообщения». Они начинаются словами «я..., у меня..., мне...» (**я** так себя не веду, у **меня** такое не случается и т.д.).

Достоинство «я-сообщений» в том, что ребенку становится четко известна позиция, мнение взрослого по данному вопросу. Ребенок охотнее идет на уступку или компромисс.

**Типичные фразы:**

- «Ты должен хорошо учиться!»
- «Ты должен думать о будущем!»
- «Ты должен уважать старших!»
- «Ты должен слушать учителей и родителей!»

**Как необходимо говорить:**

- «Интересно, каким человеком ты хотел бы стать?»
- «Какую профессию планируешь выбрать?»
- «Ты знаешь, уважение к старшим - это элемент общей культуры человека»
- «Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться»

Неумение родителей владеть своими эмоциями в современных семьях очень велико. Преобладающим типом родительского отношения является эмоциональное отвержение ребенка. Родителям свойственен жесткий контроль за поведением взрослеющего ребенка, они требуют от него безоговорочного послушания и дисциплины, стараются навязать ему во всем свою волю. Либо в общении присутствует попустительский стиль воспитания «ничего, что-нибудь да вырастет».

❖ **Какой тип семейных отношений оптимальный?**

**Сотрудничество.**

Все должно быть общее: и радость, и слезы, и смех. Совместные переживания, радости, мечты сблизят вас с вашим ребенком.

Именно такой способ организации связей старшего и младшего поколений представляется оптимальным, а не опека, диктатура или сосуществование.

**Как же этого добиться?**

Если вы хотите, чтобы сын или дочь стали ближе, роднее, то первое правило - не ограждайте их от горестей и радостей

взрослого человека, делайте соучастниками ваших переживаний. Причем делайте это прямо и смело, давая доступные разъяснения. Не запугивайте, не сгущайте краски, поделитесь своими надеждами.

❖ *Как показать свое уважение к ребенку?*

**Обратите внимание, что есть ряд выражений, которые снижают самооценку, приводят к накоплению раздражения. К ним относятся:**

«О чем ты только думаешь...»

«Неужели тебе не понятно, что...»

«Сколько раз тебе надо повторять...»

«Неужели ты не видишь, что...»

«Все люди (такие-то) так-то себя ведут, а ты...»

«Ну что за друзья у тебя...»

Постарайтесь избегать этих выражений, а чаще **использовать те, которые повышают самооценку и формируют адекватную самооценку:**

«Ты у меня самая красивая...»

«С тобой мне так легко...»

«Я никому так не верю, как тебе...»

«Посоветуй мне, пожалуйста...»

«Ты меня всегда правильно понимаешь...»

«Ты у меня молодец...»

«Я бы никогда не сумел(а) сделать это так хорошо, как ты...»

**Возможно, Вам удастся найти и другие слова для общения с Вашим ребенком. Желаем успеха!**



**Поговори  
со мною, мама**