Разговор с психологом

«Размышляем на тему «Какой я родитель?»»

В жизни родителей периодически возникают моменты, когда приходится думать над вопросами родительского стиля общения с детьми. Ребёнок растёт, и наши фразы и поступки, которые он всегда воспринимал нормально, перестают «работать». Кроме этого, на общении могут отразиться многие факторы: наша собственная усталость, узкий круг родительских словесных посланий, кризисный возраст ребёнка, когда любые слова родителя воспринимаются критично, а также ещё многие другие причины.

Что полезно делать родителю в этом случае?

Самое первое – чего делать НЕ СТОИТ. Не стоит обижаться и припоминать ребёнку, что вы его кормите, поите, кружки оплачиваете, а он… Сделайте вдох поглубже и произнесите сакральную фразу типа: «Ну, мне стоит поразмышлять над твоими словами. Думаю, что вернёмся к разговору попозже».

Выделите некоторое время, за которое **приведите чувства и мысли «в порядок»**. Для этого можно лично пообщаться с психологом, почитать добрую умную книгу по воспитанию, **пройти игру-тест** «Какой вы родитель?» и поразмышлять над результатами.

Итак, начинаем.

Выберите из перечисленных ниже те фразы, которые наиболее часто употребляются Вами в общении с детьми.

1. Сколько раз тебе повторять!
2. Посоветуй мне, пожалуйста…
3. Не знаю, что бы я без тебя делала!
4. И в кого ты такой уродился?
5. Какие у тебя замечательные друзья!
6. Ну, на кого ты похож!
7. Я в твое время…
8. Ты моя опора и помощник (ца)!
9. Ну, что за друзья у тебя!
10. О чём ты только думаешь!
11. Какая ты у меня умница!
12. А ты как считаешь, сынок (доченька)?
13. У всех дети как дети, а ты?
14. Какой ты у меня сообразительный (ая)!

Подведите итоги теста в баллах: первая цифра -номер фразы, вторая – балл, если Вы выбрали эту фразу.
1-2, 2-1, 3-1, 4-1, 5-1, 6-2, 7-2, 8-1, 9-2, 10-2, 11-1, 12-1, 13-2, 14-1.

Подсчитайте баллы:
7-8 баллов- Вы живете с ребёнком душа в душу. Он искренне любит и уважает Вас. Ваши отношения способствуют становлению его личности.
Поддерживайте ваши отношения, напоминайте ребёнку, что в трудных жизненных ситуациях он всегда может к Вам обратиться, а Вы либо просто его выслушаете и посочувствуете, либо предложите выход из ситуации, если необходимо.

9-10 баллов - Вы непоследовательны в общении с ребёнком. Он уважает Вас, хотя и не всегда с Вами откровенен. Его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств.
Постарайтесь выйти на разговор, начав с фразы: «Я заметил(а), что ты не всегда рассказываешь мне о своих трудных ситуациях. И так бывает. Бывает, что человеку легче поговорить с подругой, другом или другим взрослым человеком. А ты делишься с кем-то, если не хочешь говорить родителям? Я хочу, чтобы ты знал(а), что я готов попробовать обсуждать с тобой трудности. Даже если раньше этого не случалось… Все мы меняемся, и я готов попробовать снова стать твоим собеседником. Заведём традицию: я могу рассказывать о своём настроении за день. А ты - о своих делах и настроении.»

11-12 баллов - Вам необходимо быть к ребёнку повнимательнее. Вы пользуетесь у него авторитетом, но, согласитесь, авторитет не заменит любви. Развитие Вашего ребёнка зависит от случая в большей степени, чем от Вас.
Постарайтесь выйти на разговор, начав с фразы: «Посмотрев на нашу жизнь со стороны, я заметил(а), что в ней не много сердечности. Я чувствую, что пришло время что-то поменять. Как ты отнесёшься к тому, что я буду теперь чаще спрашивать тебя о том, что тебя интересует, как ты относишься к фильмам, которые посмотрел, что было интересного с друзьями?»
Старайтесь не обижаться, если сначала получите отказ. Повторяйте там, где уместно, что Вам интересно знать о его делах и настроении, успехах и неудачах. Вкратце рассказывайте о своих делах, удачах или ошибках. Рассуждайте о том, что помогло Вам и помогает людям вообще. Когда Вы хвалите ребёнка, старайтесь быть эмоциональным, покажите, как Вас это порадовало, как Вы гордитесь его успехами. Если уместно, приобнимите его, поцелуйте, ласково погладьте по спине или по голове. Здорово, если Вы научитесь говорить ребёнку не одно слово: «Молодец», а развернёте фразу: «Как аккуратно ты сделал! Так творчески подошёл! А ведь ты значительно улучшил свои умения в … Так держать!»

13-14 баллов - Вы и сами чувствуете, что идёте по неверному пути. Между вами и ребёнком существует недоверие. Пока не поздно, постарайтесь уделять ему побольше внимания, прислушивайтесь к его словам. По ответам Вы можете определить, какой стиль взаимоотношений в семье у вас преобладает.

Постарайтесь выйти на разговор, начав с фразы: «Посмотрев на нашу жизнь со стороны, я заметил(а), что мы стали мало времени проводить вместе. Давай заведём традицию: по пятницам – семейный день. Все планируют вечер вместе. Мы ходим в кино, ужинаем вместе, смотрим передачи, которые интересны тебе, папе, мне и т.д.»

Старайтесь не обижаться, если сначала получите отказ. Повторяйте там, где уместно, что Вам интересно знать о его делах и настроении, успехах и неудачах.

Выдержите позицию, когда на плохое поведение не будет резкого окрика и наказания, а будет констатация того, что сделано плохо, неправильно, не по совести, не из уважения. А также выразите уверенность, что в будущем он сможет справиться с ошибками, с трудностями, научиться поступать по-другому. И Вы ему сможете предложить помощь и поддержку.

Напомните, что в жизни всё происходит по закону «причины и следствия». То, что происходило в прошлом, повлияло на то, что происходит сейчас. Поэтому то, что можно начать делать сегодня, расширит наши возможности в будущем.

Старайтесь организовывать общие события, разговаривайте про фильмы и мультфильмы, воспитание лучших качеств происходит не только, когда человеку прямо говорят про него, но и когда рассуждают про тех, кто рядом, кто вызвал симпатию на экране.

Мира и добра в Ваших семьях!