

не слышим друг друга. Дети растут, меняются, сталкиваются со сложными жизненными ситуациями, и родителям часто надо время, чтобы понять, что происходит с детьми, в отношениях с ними, и перестроиться. Важно помнить: трудности всегда проходят, как и сложные периоды детского взросления, а отношения остаются навсегда.

5. Важно осознание своей роли в жизни ребенка. Нас часто никто не учил, как строить счастливую семью, как успешно решать конфликты, что значит быть хорошим мужем/женой, как правильно воспитывать детей. Родители все это показывают ребенку на своем примере. Поэтому, каким наш ребенок будет взрослым, – это наш вклад.

6. Особенность взаимодействия родителей и детей - это глубокая эмоциональная связь между ними. Именно эмоциональная составляющая отношений определяет благополучие психологического развития ребенка. Когда ребенок чувствует, что его любят, любят таким, как есть, то он развивается нормально. Самые травмирующие ребенка слова родителя – «я тебя не люблю». А когда детей просишь написать или сказать слова, которые они хотели бы услышать от своих родителей – это слова «я тебя люблю!».

7. Родитель несет ответственность за свое эмоциональное состояние:

- по-настоящему позаботиться о других мы оказываемся способны только в том случае, если мы внутренне не пусты и у нас действительно есть, что другим дать;
- уделяя время и внимание себе, вы показываете ребенку, что важно уважать себя, свое время, свои желания и интересы. Вы учите его тому же, но не словом, а примером;
- когда у вас есть интересы помимо ребенка, вы не будете беспокоиться только о нем, ребенку это позволит быстрее стать самостоятельным;
- если в вашей с ребенком жизни есть моменты разлуки, вам становится приятнее и интереснее проводить время вместе.

ТЕРПЕНИЯ ВАМ И МУДРОСТИ!

**Проект
«Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому»
компании «Северсталь»**

**Серия
«В помощь родителю»**

Составитель:
доцент кафедры психологии и педагогики
Вологодского государственного университета,
кандидат психологических наук
Вадурина Елена Николаевна.

Проект осуществляет свою деятельность
на базе БУ СО ВО «Территориальный центр
социальной помощи семье и детям»
г. Вологда, ул. Энгельса, д. 61



Руководитель проекта:
**Кондакова
Светлана Григорьевна**



8 (8172) 54-41-43
+7 (921) 149-49-75



fakultet35@mail.ru
<https://родителям35.пф> и дорога-к-дому.пф



Дорога к дому



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОТВЕТСТВЕННОГО РОДИТЕЛЬСТВА

Проект «Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому» компании «Северсталь»

Серия «В помощь родителю»



Уважаемые родители, предлагаем вам информацию об основах гармоничного воспитания ребенка в семье

ОТВЕТСТВЕННОЕ РОДИТЕЛЬСТВО:

- Понимание ценности и важности детско-родительских отношений для всех участников.
- Умение анализировать отношения и понимать, когда надо что-то менять.
- Готовность вкладываться в отношения с ребенком, менять свою жизнь, если потребуется.

ПОНИМАНИЕ ГЛАВНОЙ РОЛИ СЕМЬИ И РОДИТЕЛЕЙ В РАЗВИТИИ РЕБЕНКА:

- гармоничнее всего дети развиваются в семье;
- самое сильное влияние на ребенка оказывает семья.

РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ:

- первые и самые главные воспитатели - это родители.
«Каждый последующий воспитатель оказывает меньшее воздействие на воспитуемого, чем предыдущий. Родители - это самые предыдущие воспитатели ко всем последующим.»
Жан-Жак Руссо
- важны и мать и отец, у каждого свои функции в семье, полноценно заменить один другого не могут;
- есть задачи возраста на каждом периоде развития ребенка – родители помогают их решать.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ – БЕЗУСЛОВНАЯ ЛЮБОВЬ К РЕБЕНКУ.

- Безусловная любовь** (безусловное принятие) - глубокое чувство привязанности к своему ребенку, которое ни от чего не зависит:
- не фокусирует внимание на недостатки или достоинства;
 - не присутствуют ожидания, что кто-то, кого мы любим

нежно и искренно, будет соответствовать какому-то привычному шаблону и действовать по образцу;

- не зависит от поведения ребенка;
- зависит только от факта – ты уже есть, ты здесь и этого уже достаточно, чтобы тебя любить.

Способы проявления любви:

- слова (искренние комплименты ребёнку, разумная похвала, слова ободрения, когда что-то не получается);
- ласка, прикосновения (ласковые поцелуи и объятия, сидение у родителей на коленях, погладить по голове, сделать лёгкий массаж, взять за руку и т.п.);
- помощь (например, в трудной ситуации др.);
- время (посвященное целиком и полностью ребёнку, с ним наедине);
- подарки (неожиданные подарки, идущие от сердца и желания дарить).

КАК УЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ, КАКОЙ СПОСОБ ПРОЯВЛЕНИЯ ЛЮБВИ ОСОБЕННО ВАЖЕН РЕБЕНКУ?

Задать вопросы:

- Когда ты чувствуешь, что я тебя люблю?
- Когда тебе кажется, что я тебя не люблю?

ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАДАЕТ ВОПРОС РОДИТЕЛЮ «ТЫ МЕНЯ ЛЮБИШЬ?» - СКОРЕЕ ВСЕГО, У НЕГО ЗАКРАДЫВАЮТСЯ СОМНЕНИЯ В ВАШЕМ ОТНОШЕНИИ.

Возможные причины:

- в семье появился еще один ребенок и внимание родителей сконцентрировано на нем;
- ребенку в принципе не хватает вашего внимания;
- ребенка часто наказывают и ругают;
- родители или один из них часто испытывает раздражение на ребенка;
- нет безусловного принятия ребенка, и он это чувствует;
- у ребенка ощущение, что он не соответствует ожиданиям родителей, недостаточно хорош в глазах родителей.

Оптимальное, благоприятное для ребенка родительское отношение:

- должно быть адекватным, т.е. основываться на реалистичной оценке особенностей ребенка, умении видеть и принимать его индивидуальные особенности;
- должно быть гибким, что позволит сформировать готовность изменить стиль общения, способы воздействия на ребенка по мере его развития и изменений условий жизни семьи. Закрытая, статичная позиция родителя формирует барьеры общения между ним и ребенком, кризисы в отношениях;
- должно быть ориентированным не только на актуальную ситуацию развития ребенка, но и на будущее, что проявляется в инициативе взрослого, предлагающего ребенку новые способы построения взаимоотношений с учетом меняющихся потребностей ребенка.

ВАЖНО ПОМНИТЬ РОДИТЕЛЯМ

1. Ответственность лежит на родителе, что бы ни происходило. Потому что он взрослый, ему намного больше лет, у него больше опыта и мудрости. И если маленький ребенок капризничает и кричит, если подросток грубит, важно помнить (полезно про себя в это время проговаривать): «я – взрослый, мне 25 лет, а ему 3 года (мне 40 лет, а ему 14)», и с уверенной позиции взрослого реагировать на ситуацию.
2. Ценность и важность наших отношений с детьми. И это действительно, самые важные отношения в нашей жизни. Наверное, поэтому мы так тревожимся, а все ли правильно делаем? И в нашей загруженной делами жизни напоминать себе об этом бывает очень полезно.
3. Детско-родительские отношения - самые длительные, они продолжаются всю нашу жизнь. Поэтому точно стоит уделять им время и силы! Менять что-то устоявшееся часто не просто, но если нас что-то не устраивает, в наших силах это изменить. И результат компенсирует все наши усилия!
4. А еще наши отношения с детьми часто неустойчивые: есть периоды, когда как будто мы теряем связь,