**Национальный проект "Образование"**

**Консультационный центр "Шаг навстречу"**

**Консультация для родителей**

**«Как стать другом своему ребенку»**

Как стать другом своему ребенку

Дружба родителей и детей — это особые отношения, которые требуют, прежде всего, взаимного уважения, умения взрослого понимать ребенка, сопереживать ему, проявляя такт в общении с ним. В то же время родитель остается старшим, опытным, ответственным за жизнь, дела, развитие своего чада.

Сложности в отношениях ребенка и родителей часто возникают из-за непонимания взрослыми переживаний детей. Дочка просит пойти погулять, но ей запрещают, так как она не убрала свои вещи. Девочка пытается объяснить, что договорилась с подругами, ее будут ждать, — безрезультатно. Тогда она убегает без разрешения. Родители возмущены, и вполне справедливо. Однако в данном случае ответственность перед другими, интерес к общению со сверстниками для девочки оказались важнее, чем запрет близких. Родители в глазах ребенка предстали как не понимающие его интересы, желания. Непонимание начинает казаться ребенку главным в отношении к нему родителей. Неверие взрослых в силы ребенка вызывает у него протест уже в трехлетнем возрасте. У младшего школьника это вызывает возмущение и обиду. Детям свойственно стремление быть на уровне своих сверстников, быть «не хуже других». Запреты взрослых этому препятствуют, мешают продемонстрировать свою самостоятельность. В действиях взрослых нередко проявляется стремление застраховаться от неприятностей, неожиданных поступков ребенка. Они стремятся запретить ему все, что им кажется опасным, вредным, что может привести к каким-либо неожиданностям. Именно неверие в возможности ребенка вызывает конфликты, создает у малыша представление, что его считают маленьким, несмышленышем. Страх быть униженным, особенно в глазах товарищей, отрицательно сказывается на самочувствии ребенка. Позиция взрослых по отношению к младшему школьнику как к существу, мало что знающему, умеющему, понимающему, может выражаться в пренебрежительных высказываниях, в унижающих его достоинство оценках, эпитетах. Власть родителей велика: материальные возможности, жизненный опыт, физическая сила — всё на их стороне. Авторитет взрослого навязывается силой, которой ребенок вынужден подчиняться. Вырастая, он может остаться зависимым от родителей, их мнений, требований. Но возможно и другое: постепенно будут зреть протест, несогласие, отторжение от семьи.

**Основы дружбы с родителями**

Умение слушать по-настоящему - одно из главных способов взаимопонимания между родителями и детьми.

Интересуйтесь у ребенка, почему он вел себя тем или иным образом. Возможно окажется, что у него была весомая причина для подобных действий. Подскажите малышу как можно было справиться в подобной ситуации иначе.

Давайте ребенку выговориться, не перебивайте его.

Когда ребенок говорит смотрите ему в глаза, чтобы он понял: вы его слушаете.

Обращайте внимание какими движениями ребенок сопровождает свою речь. Жесты вам помогут понять, трудно ли дается ему рассказ, а также укажут на необходимость задать уточняющие вопросы.

Спросите у ребенка: Как ты думаешь, что ты почувствуешь, если Вася тебя ударит?

Такие вопросы учат ребенка понимать чужие эмоции. Мы способны научиться правильно решать проблемы, если осознаем чувства и реакцию других людей.

Выслушав ребенка, предложите другие решения.

Помогите ребенку побороть его страх.

Вспомните, чего вы боялись в детстве? Может темноты, приведений или злых ведьм? Есть ли у вашего ребенка подобные страхи? Единственный способ узнать об этом, поговорить с ним. Именно вы лучше кого-либо сможете помочь своему чаду истребить всех злых ведьм, домовых и гномов, которые прячутся под его кроваткой. Если вашему ребенку 4-6 лет, то для избавления от его страха можно вместе придумать какой-то ритуал. Допустим, положить волшебного мишку или куклу вместе с ним в кроватку на ночь, который будет охранять его сон. Очень важно, чтобы ваш ребенок мог открыто рассказать вам о том, чего боится. Если же ребенок старше и страхи совеем другие, вы должны научить его контролировать свои эмоции и анализировать, то, что его беспокоит.

Совместные игры с ребенком — еще один способ наладить контакт.

Уже не одним исследованием доказано, насколько важны регулярные игры для ребенка: именно игры дают детям основы жизненного опыта, который потом находит применение в повседневной жизни. Дети учатся действовать сообща и полагаться друг на друга; генерировать новые идеи и развивать творческое мышление; расслабляться, а также действовать в условиях напряжения; концентрироваться; переживать как победы, так и поражения; разрабатывать и придерживаться определенных правил. Если ваш ребенок совсем маленький, то подойдут игры по возрасту, ну а если подросток, то с ним можно весело поиграть в более сложные интеллектуальные игры. Учитесь возвращаться назад в детство и снова становиться ребенком, ведь резвится со своим чадом очень весело и приятно.

**Памятка для родителей с советами по проведению игр.**

1. Правило первое: игра не должна включать ни малейшую возможность риска, угрожающего здоровью детей. Однако нельзя выбрасывать из нее трудные правила, выполнить которые нелегко.

2. Правило второе: игра требует чувства меры и осторожности. Игра не должна быть излишне азартной, унижать достоинства играющих. Иногда дети придумывают обидные клички за поражение в игре.

3. Правило третье: Не устраивайте специальных занятий, не дергайте ребят, даже когда у вас появилось свободное время: «Давай-ка займемся шахматами! » Не прерывайте, не критикуйте. Или учитесь играть вместе с детьми, незаметно и постепенно предлагая свои варианты какого-то дела, или оставьте их в покое. Добровольность – основа игры.

4. Правило четвертое: не ждите от ребенка быстрых и замечательных результатов. Не торопите ребенка, не проявляйте свое нетерпение. Самое главное – это те счастливые минуты и часы, что вы проводите со своим ребенком. Играйте, радуйтесь открытиям и победам – разве не ради этого придумываем мы игры, затеи.

5. Правило пятое: поддерживайте активный, творческий подход к игре. Дети большие фантазеры и выдумщики. Они смело привносят в игру свои правила, усложняют или упрощают содержание игры. Но игра – дело серьезное и нельзя превращать ее в уступку ребенку, в милость по принципу «чем бы дитя ни тешилось».

**Совместные дела укрепляют семейные отношения**.

Занимайтесь со своим ребенком общими делами, пусть это будет творчество или планы и мечты о предстоящем отдыхе, подумайте вместе над тем, что подарить папе на 23 февраля. Попросите ребенка о помощи в приготовлении семейного ужина, потом за столом расскажите всем членам семьи, что ужин помогала готовить вам дочь. Главное, чтобы ребенок с удовольствием делал порученное ему дело, если же ребенок отказывается помогать, не настаивайте на этом. Может сегодня он не в настроении для этой работы, а завтра сам предложит вам свою помощь.

Как и какие поручения давать ребёнку в семье

От 2 до 3, 5 лет

В этом возрасте у ребенка могут появиться собственные небольшие, но постоянные обязанности. Малыш вполне способен повесить в отведенное место собственную одежду; аккуратно поставить обувь, придя с улицы; поставить свою тарелку в мойку (если тарелка пластиковая, а мойка находится не слишком высоко). Также в этом возрасте дети очень интересуются хозяйственными повседневными делами, будь то мытье посуды, мытье и подметание полов, участие в приготовлении пищи и мелком ремонте и т. п. Они стремятся помочь в этом взрослым и очень гордятся тем, что им разрешают это сделать. Конечно, о настоящей помощи в таких «серьезных» делах говорить пока не приходится, но, тем не менее, нужно позволить малышу попробовать свои силы и обязательно похвалить за то, что он стремится помочь.

От 3, 5 до 5 лет

Познание ребенком норм поведения и ответственности продолжается. В этом возрасте у малыша могут появиться новые зоны обязанностей: он может (и уже должен) убирать свои игрушки перед сном, заправлять свою кровать. Также дети могут выполнять простые действия по уходу за домашними животными (наливать в миску воду или насыпать корм, помогать накрывать на стол перед семейным обедом. В этом возрасте часть ухода, который был на плечах взрослого, должен перейти к ребенку. Теперь ему можно доверить открыть и закрыть воду, чтобы он сам помыл руки, не контролируя этот процесс. Малыш должен нести ответственность за свои игрушки и вещи («сам потерял, сам и ищи») .

**Будьте надежной опорой для своего ребенка.**

Бывает такое, что нам совсем не понятны поступки наших детей. Например, ваш ребенок ударил другого ребенка в детском саду или порезал ножницами рубашку папы. Не спешите его сразу ругать и наказывать, сначала разберитесь, почему он так поступил. Может ему просто не хватает вашего внимания, и, порезав рубашку папы, он хочет привлечь его к себе, странным способом, но все же. Или ударив ребенка в саду, он просто защитил себя или дал сдачу. Слушайте своего ребенка и верьте его словам, главное, чтобы он знал, что вы ему верите, и тогда он не будет вас обманывать.

Уважайте ребенка, как взрослого.

Давайте своему ребенку участвовать в принятии семейных решений, куда переставим шкаф или куда отправимся на выходные. Он должен ощущать себя в семье равноправным ее членом. Прислушивайтесь к мнению ребенка. Если поступили неправильно по отношению к нему, обязательно извинитесь, как бы сделали и со взрослым человеком.

И самый главный совет — любите свое чадо, каким бы оно порой вредным и непослушным ни было.

Любовь — это самая большая потребность для всех детей без исключения. Именно родительская любовь и вера формирует у ребенка уверенность в себе, чувство собственного достоинства.