

## **ВСТРЕЧА ПЕРВАЯ: «БЕЗУСЛОВНОЕ ПРИНЯТИЕ».**

Здравствуйте! Меня зовут Ольга Анатольевна. Я приветствую Вас на этой встрече в «Семейной гостиной». Цель нашей встречи - это психологическое просвещение и обучение родителей. Мы будем рассматривать вопросы и проблемы родителей и детей, будем ставить себя на место детей. Каждая встреча, а их запланировано несколько, содержит небольшой, но важный для усвоения материал. Изучение нового (и более сложного) базируется на знаниях простого. Эта мини – программа, которая поможет нам выработать стиль общения с ребёнком, разработана Ю.Б.Гиппенрейтер.

### 1. Знакомство.

Родители сидят в кругу, каждый говорит свое имя и то, чем он любит заниматься. Следующий человек кратко говорит о себе и повторяет мнение предыдущих.

Психологический комментарий: данное упражнение развивает внимательность к другим людям, память, и способствует сближению участников друг с другом.

В последние десятилетия психология сделала ряд замечательных открытий. Одно из них – о значении *стиля общения* с ребенком для его развития. Теперь уже стало бесспорной истиной, что общение так же необходимо ребенку, как и пища. Малыш, который получает полноценное питание и медицинский уход, но лишен общения со взрослым, плохо развивается не только психически, но и физически: он не растет, худеет, теряет интерес к жизни.

Если продолжить сравнение с пищей, то можно сказать, что общение может быть не только полезным, но и вредным. Плохая еда отравляет организм; неправильное общение "отравляет" психику ребенка, ставит под удар его психологическое здоровье, эмоциональное благополучие.

"Проблемные", "трудные", "непослушные" и "невозможные" дети, также как дети "с комплексами", "забитые" или "несчастливые" - всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье.

Напротив, как показывает мировая практика психологической помощи детям и их родителям, даже очень трудные проблемы с детьми вполне разрешимы, если удастся создать благоприятный климат общения в семье.

### 2. Определение благополучия в семье по 5-бальной системе.

### 3. Лекторий. «Безусловное принятие».

Начиная наши систематические занятия, хочу познакомить вас с одним общим принципом, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными. Принцип этот — безусловное принятие ребенка. Что он означает?

**Безусловно принимать ребенка - значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть.**

Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: "Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить". Или: "Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь... (ленишься, драться, грубить), не начнешь... (хорошо учиться, помогать по дому, слушаться)". Прислушаемся к этим фразам. Здесь ребенку прямо сообщают, что его принимают **условно**, что его любят (или будут любить), **"только если..."**. Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть **нужности** другому, - одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение - необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший.

Делать это можно многими разными способами. Скажу пока о самых простых: приветливые взгляды, ласковые прикосновения, прямые слова: "Как хорошо, что ты у нас родился", "Я рада тебя видеть", "Ты мне нравишься", "Я люблю, когда ты дома", "Мне хорошо, когда мы вместе..."

Мы далеко не всегда следим за своими обращениями к детям. Пример: в "Учительской газете" было опубликовано покаянное письмо матери: она с опозданием поняла, что нанесла душевную рану своему сыну. Мальчик ушел из дома, написав в записке, чтобы его не искали: "Ты сама сказала, что тебе без меня лучше". Вот ведь как буквально понимают нас дети! Они искренни в своих чувствах и наделяют абсолютным смыслом любую фразу, сказанную взрослым. Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают, критикуют его, тем быстрее он приходит к обобщению: "Меня не любят".

Молчаливые, а подчас и произносимые вслух доводы родителей типа: "Я же о тебе забочусь" или "Ради твоей же пользы" дети не слышат. Точнее, они могут услышать слова, но не их значение. У них своя, эмоциональная, бухгалтерия. Тон важнее слов, и если он резкий, сердитый или просто строгий, то вывод всегда однозначный: "Меня не любят, не принимают". Иногда это оформляется для ребенка не столько в слова, сколько в ощущение себя плохим, «не таким», несчастливым.

Сейчас давайте попробуем понять, какие причины мешают родителям безусловно принимать ребенка и показывать ему это. Например, ребенок появился на свет незапланированным. Родители его не ждали, хотели пожить «в свое удовольствие»; вот и теперь он им не очень нужен. Или они мечтали о мальчике, а родилась девочка. Часто случается, что ребенок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые его жесты или выражения лица вызывают у нее глухую неприязнь.

Скрытая причина может стоять и за усиленным «воспитательным» настроем родителя. Вот типичная реплика одной мамы: «Как же я буду его обнимать, если он еще не выучил уроки? Сначала дисциплина, а потом уже добрые отношения. Иначе я его испорчу». И мама встает на путь критических замечаний, напоминаний, требований. Кому из нас не понятно, что вероятнее всего сын отреагирует всевозможными отговорками и сопротивлением.

Мама из, казалось бы резонных «педагогических» соображений попадает в заколдованный круг, круг взаимного недовольства, нарастающего напряжения, частых конфликтов. Где же ошибка? Ошибка была в самом начале, дисциплина **не до, а после** установления добрых отношений, и только на базе них. Скрывать и тем более копить свои негативные чувства ни в коем случае нельзя. Их надо выражать, но выражать особым способом. Что и как для этого делать, мы будем обсуждать позже.

А пока обращаю ваше внимание на следующие правила:

**Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.**

**Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были.**

**Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания.**

**Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.**

4. Проигрывание житейских ситуаций.

5. Подведение итогов. Обратная связь. Домашнее задание.

Необходимо выполнять домашние задания, а не только читать их текст, т.к. очень важно почувствовать и пережить первые успехи в ваших практических пробах после наших занятий, и только потом двигаться дальше.