

Правила гармоничного развития взаимоотношений с детьми переходного возраста.

1. Родители должны приобщать ребёнка к откровенности и оказывать на него влияние.

Существует пять приёмов, которые помогают родителям лучше понять собственных детей.

Приём 1.

Покажите вашему ребёнку, что вы его понимаете, иногда этот приём называют «отражённым выслушиванием», который состоит из трёх частей:

- Демонстрируйте ребёнку, что вы слышите, что он говорит (например, словами «да», «угу», вопросами «а что потом», «и что же?» и т.д.);
- Позвольте ребёнку выражать его собственные чувства;
- Докажите ребёнку, что правильно поняли его рассказ или сообщение (например, коротко пересказав суть).

Приём 2.

- Внимательно следите за лицом ребёнка и его «языком тела». Часто ребёнок уверен, что успешно скрывает свои эмоции (грусть, досаду, нетерпение и пр.), но дрожащий подбородок или блеск глаз скажут вам иное.

Приём 3.

- Выражайте свою поддержку и поощрение не только словами. Это могут быть ваши улыбка, похлопывание по плечу, кивок головой, взгляд в глаза, прикосновение к детской руке.

Приём 4.

- Выбирайте правильный тон для ваших ответов. Помните, что тон голоса связан со смыслом ваших слов.
- Выбирайте верный тон и не отвечайте безапелляционно и саркастично — дети могут расценить это как пренебрежение к своей личности.

Приём 5.

- Используйте одобрительные фразы для поддержания разговора и показывайте вашу заинтересованность в нём. Для этого подойдут короткие фразы, отражающие ваше эмоциональное отношение к обсуждаемой теме, например: «Вот это да!», «Да ну, не верю!» и т.д.

2. Как родители могут повысить самоуважение ребёнка и помочь ему сказать «нет» наркотикам.

Предрасположенность к употреблению алкоголя и наркотических средств непосредственно связана с уровнем самоуважения. Существует пять принципов формирования самоуважения ребёнка.

Принцип 1.

- Одобряйте, хвалите ребёнка за небольшие успехи и достижения и делайте это чаще. Его упорство и попытки сделать что — либо важнее полученных результатов.

Принцип 2.

- Помогайте вашему ребёнку выбирать и ставить перед собой реальные цели.

Принцип 3.

- Исправляйте и оценивайте поступок или действие, а не личность самого ребёнка. Например, лучше сказать: «Лазить по заборам опасно, ты можешь ногу сломать», чем : «Ты не должен лазить по заборам — это глупо».

Принцип 4.

- Дайте вашему ребёнку почувствовать ответственность за какую — нибудь реальную работу. Ребёнок, который имеет в семье постоянное поручение, ощущает себя частью команды и, достигая результатов в исполнении своих обязанностей, получает чувство удовлетворения.

Принцип 5.

- Показывайте ребёнку, как вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему. Объятия, улыбка и

слова «Я люблю тебя!» помогут ощущать хорошее отношение к себе.

3. Семейные идеалы и ценности, привитые в раннем детстве, могут помочь ребёнку сказать «нет» наркотикам.

Принципы, которые помогут предотвратить приобщение ребёнка к употреблению алкоголя и наркотиков.

Принцип 1.

- Рассказывайте о своих личных или религиозных установках и убеждениях, касающихся предупреждения пьянства и потребления наркотиков.

Принцип 2.

- Имейте собственные оригинальные суждения, принимайте решения самостоятельно, а не потому, что «так делают все».

Принцип 3.

- Относитесь с уважением к сохранению своего здоровья и ведите здоровый образ жизни.