

## Родителям о развитии и налаживании детско-родительских отношений

Для маленького ребёнка семья – это целый мир, в котором он живёт, действует, делает открытия, учится любить, ненавидеть, радоваться, сочувствовать. Будучи её членом, ребёнок вступает в определённые отношения с родителями, которые могут оказывать на него как положительное, так и негативное влияние.



Детско-родительские отношения необходимы для развития ребенка. Они обеспечивают чувство безопасности, любви и принадлежности, что имеет решающее значение для эмоционального благополучия ребенка. Когда ребенок чувствует, что его родители любят и ценят его, у него больше шансов развить позитивный образ самого себя, самоуважение и самооценку. Это, в свою очередь, может привести к улучшению результатов в области психического здоровья, включая снижение тревожности, депрессии и других проблем с психическим здоровьем.

Более того, детско-родительские отношения также играют жизненно важную роль в формировании поведения и личности ребенка. Родители являются главными образцами для подражания для своих детей, и их действия и поведение могут влиять на то, как дети воспринимают мир и взаимодействуют с другими. Позитивные детско-родительские отношения могут помочь детям развить эмпатию, доброту и другие социальные навыки, необходимые для построения здоровых отношений с другими людьми.

### *Рекомендации родителям по развитию детско-родительских отношений:*

1. Возможность быть услышанным взрослым. Ребенку, как и взрослому, необходимо понимание того, что его слушают, когда он говорит. Вы можете выбрать в течение дня определенный период – час или даже несколько минут, когда вы отложите все свои дела и ваше внимание будет полностью принадлежать ему.

2. Родитель должен выстраивать общение так, чтобы ребенок чувствовал, что с его мыслями и мнением считаются, что его позиция принимается наравне с другими. Он может ошибаться, но может и услышать извинения взрослого, когда тот неправ.

3. Честное отношение взрослого к личному пространству ребенка. Ребенку необходимо знать, что он может доверять, что родитель сохранит его тайну.

4. Делитесь вашими чувствами с детьми. Не скрывайте от них своих радостей и огорчений.

5. Принимайте активное участие во всех занятиях ребенка. Этим вы, с одной стороны, как бы «делитесь собой», с другой – выступаете образцом увлеченного выполнения заданий.

6. Интересуйтесь жизнью и увлечениями ребенка. Старайтесь задавать ребенку не только вопросы, которые бы касались его учебы, но и вопросы о повседневной и личной жизни. Если ребенок не хочет вам сообщать некую информацию, то значит нужно оставить его с этим вопросом в покое и не пытаться вытянуть силой. Когда придет время – он сам поделится с вами.

7. Поддерживайте ребенка во всех начинаниях, и тогда он начнет еще больше стараться, чтобы вы это увидели и похвалили его.

8. Делитесь опытом. Хоть вы и росли в совершенно иное время, но ваш опыт может быть полезен, и эти знания могут пригодиться ребенку. Делитесь опытом ненавязчиво, и тогда ребенок быстрее станет чувствовать свою самостоятельность.

9. Будьте терпеливы. Чтобы наладить отношения с ребенком, необходимо набраться терпения и настойчивости. Если первый опыт оказался неудачным, то не стоит опускать руки. Семейные отношения невозможно нормализовать за пару дней – необходимо приложить немало усилий, чтобы получить положительный результат.

Помните, дети, растущие в атмосфере любви и понимания, имеют меньше проблем, связанных со здоровьем, трудностей с обучением в школе, общением со сверстниками, и наоборот, как правило, нарушение детско-родительских отношений ведет к формированию различных психологических проблем и комплексов.

Подборка материала  
педагог-психолог  
Юлия Семёнова  
(по материалам сети Интернет).