**Как дружить с ребенком.**

**Почему наши дети — не наша собственность**

Забывая о том, что ребёнок — это не собственность, а отдельный человек со своими мыслями, желаниями и потребностями, родители портят отношения с детьми и потом не могут найти с ними общий язык.

«Прежде всего, надо усвоить, что дети и взрослые сильно отличаются друг от друга по своей психологии, поскольку человеческий мозг до 25 лет окончательно еще не сформирован. Кроме того, родителям следует знать, что общение с малышом и подростком не может выстраиваться одинаково».

**Не на равных**

Общаясь с ребёнком, важно учитывать его возрастные особенности и понимать, что вам он ещё не равен.

Есть определённые стадии психологического развития, на каждой из которых у ребёнка формируются разные навыки, способности, восприятие мира, потребности и желания — как физические, так и психоэмоциональные. Эти стадии родителям желательно знать, чтобы избежать недопонимания. Ведь мамам и папам зачастую только кажется, что дети их не понимают, не слышат или пытаются обидеть. На самом деле они действительно не понимают, что гулять по стройкам, залезать на крышу, бродить по улицам за полночь опасно. Они не безответственные и не хотят злить родителей, у них просто та часть мозга, которая отвечает за понимание чужих чувств и ответственное отношение к собственной жизни, ещё не дозрела.

Когда ваш собственный 15-летний отпрыск уже давно выше вас ростом, говорит басом и бреется, хочется начать говорить с ним как с взрослым. Но это ошибка. Ведь у подростков психика по функционалу ещё не развита так, как у взрослого. И даже если физиологически они устроены так же, как и взрослые, и даже если на вид им можно дать все 25, тем не менее, на психологическом уровне они ещё не могут отвечать за свои желания, выборы, поступки также, как это должны делать взрослые.

**Чем мы травмируем детей**

Чтобы не травмировать ребёнка, выстраивая с ним взаимоотношения, нужно знать всего две вещи. Первое: ваш стиль общения должен соответствовать его возрасту и потребностям. И второе: вам следует избегать завышенных ожиданий. Как нельзя от трёхлетнего ребёнка требовать читать Шекспира в оригинале, так нельзя от ребёнка 15-16 лет ждать того, что он самостоятельно и безошибочно выберет профессию одну на всю жизнь. За редким исключением, подростки не способны принять это решение.

Понимание потребностей и возможностей ребёнка в разном возрасте реально сэкономят вам нервы, силы и время, потому что вы не будете ожидать от него чего-то сверх его возможностей и не травмируете сверхожиданиями ни себя, ни его.

**Из королей в ученики**

По возрастам потребности такие:

***От 0 до 7 лет ребенок — король****и к его воспитанию нужно подходить соответственно, но с умом: баловать, смешить, отвлекать и побуждать к выполнению чего-то так, чтобы ему казалось, что он хочет этого сам, чтобы он сам чувствовал себя королем.*

В это время вы должны стараться удовлетворить такие его потребности:

* **планировании**. Сам ребенок — это сделать не может, но вы должны за него заранее подумать, и предпринять, распланировать всё, в чем он может нуждаться;
* **эмоциях**. Он должен чувствовать вашу любовь и принятие;
* **телесном контакте**. Детей нужно чаще гладить, обнимать, это важно и для психики, и потому, что так у ребёнка формируется иммунитет;
* **заботе, уходе, своевременном удовлетворении физиологических потребностей**;
* **игре**. Игровая деятельность — не баловство, а ведущая деятельность ребенка, так дети познают мир, формируют будущее мастерство и предпринимательские способности;
* **задавании вопросов и получении ответов**. Маленькие почемучки могут довести до предела сотней вопросов в час. Ничего, терпите, это всё им на пользу;
* **свободном выражении своих чувств**. Удержитесь от желания приструнить ребенка и запретить ему громко плакать, смеяться, прыгать и другими способами выражать свои чувства. Дети имеют на это право в любом случае и в любом месте.

***7-14 лет: Из короля ребенок превращается в ученика****. Предыдущие потребности сохраняются, но добавляются новые.*

Это потребности в:

* **выбирать, что ему интересно.** Если потребность не удовлетворена в детстве, во взрослом возрасте человеку будет сложно понять, чего же он хочет в жизни;
* **поддержке в обучении**. Родителям важно отвечать на вопросы ребенка и поощрять его самостоятельное обучение;
* **заботливом авторитете**. Требовать от ребенка дисциплины нужно, но требования должны быть не тоталитарными, а мягкими;
* **свободе выражения своих идей и мнения**. Если ребёнку в этом возрасте закрывать рот, то он вырастет человеком без своего мнения или будет бояться и не иметь желания выражать себя в будущем.
* **свободе познания своей сексуальности**. Она формируется с пяти-семи лет. Все начинается с вопросов об отличиях мальчиков и девочек. Не бойтесь этих вопросов, старайтесь отвечать на них без ханжества;
* **проживании бунта**. Каждому подростку надо высвободиться, выговориться, задать серьезные вопросы. Если подавлять эту борьбу, сковывать ребенка запретами, потребность бунтовать закрепится надолго, возможно, навсегда. Если же ребенок и не пытался удовлетворить эту потребность, то такой человек останется инфантильным до старости.

***Оцените, насколько по десятибалльной шкале вы удовлетворяете каждую из потребностей ребенка.***

**Как перестроиться?**

«Если ваша коммуникация с ребёнком уже травмирующая, не нужно отчаиваться. В целом, нас травмируют только несколько вещей: отсутствие любви, полного принятия, а также присутствие высоких ожиданий и жестких требований. Это не значит, что рамок не должно быть. Дисциплина очень важна, попустительство и отсутствие рамок тоже травмируют, но они должны быть не жёсткими, а четкими и понятными. Ребенок должен знать, что ему точно можно всегда, что нельзя ни при каких обстоятельствах, а остальное обсуждаемо. Рамки дозволенного варьируются в зависимости от возраста».

**Здоровый эгоизм**

Если вы уже поняли, что вы взаимодействуете с ребёнком как-то не так и, возможно, его травмировали, первое, что нужно сделать, по словам нашего эксперта, — выдохнуть. Снимите излишние требования не только к ребёнку, но и к себе. Воспользуйтесь концепцией «достаточно хороший родитель».

Постарайтесь закрыть потребности вашего ребенка, основываясь на его возрасте. И плавно перестраивайте своё поведение и отношение к ребёнку, сохраняя любовь и принятие. А также не забывайте, что любить и принимать надо не только своих детей, но и себя самих. Излишне требовательные к себе родители передают эту черту и своим наследникам. В таком случае велик шанс вырастить невротика-достигатора, бесконечно стремящегося кому-то что-то доказать. Чтобы уберечься от этого, закрывайте и свои собственные потребности, принимайте себя полностью и точно также относитесь к ребёнку. Тогда шансы вырастить счастливую личность и сохранить добрые дружеские отношения с детьми на долгие годы значительно повысятся..

Педагог- психолог школы Н.Ф. Цеттерман