|  |
| --- |
| **Внимание – дети из неполных семей !**  **РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ РОДИТЕЛЬСКО-ДЕТСКИХ ОТНОШЕНИЙ В НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ**  *(Рекомендации для родителей подростков)*  *Каждый седьмой ребенок до 18 лет в России воспитывается в неполной семье. Большую часть неполных семей составляют матери с детьми (94%). Отцы, в одиночку воспитывающие детей, - явление крайне редкое, чаще даже встречаются дети-сироты, которых растят бабушки и дедушки. Самая распространенная модель неполной семьи - это мать с ребенком или несколькими детьми. Особенно сложно процесс формирования и развития личности проходит у подростков «группы риска», склонных к агрессивному поведению. Особенности, присущие многим неполным семьям, зачастую усугубляют трудности подросткового периода.*  *Предлагаемые ниже рекомендации и направлены на решение проблемы родительско-детских отношений в таких семьях.*  **ЧТО НАРУШАЕТ ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ БЕЗОПАСНОСТЬ ПОДРОСТКА:**  — постоянная критика родителей и учителей, которая планомерно программирует сознание ребенка на неудачу;  — отстранение ребенка от круга знакомых и друзей дома;  — слишком жесткие правила или отсутствие их;  — насмешки над внешностью детей, их физическими недостатками и слабостями;   * вербальные или невербальные послания негативной направленности (особенно посла­ния типа «ты нам не нужен»); * терпимость окружения к употреблению алкоголя и «легких» спиртных напитков;   отсутствие времени у родителей для об­щения с детьми.  **ЧТО ЗАЩИЩАЕТ И УКРЕПЛЯЕТ:**  -конструктивный стиль общения родите­лей с подростками, позволяющий ему чувство­вать себя самостоятельным членом семьи;  - поддерживающие уверенность в себе и чувство своей ценности для семьи «поддерживающие послания» — вербальные и невербальные;  - замена репрессий за плохое поведение наградами за хорошее («жетоны Скиннера»);  - умение родителей повиниться, если они в чем-то были не правы;  - серьезное отношение к чувствам и переживаниям подростков;  - использование психологических методов:   * подстройки (умение сочувствен­но выслушивать ребенка); * отслеживания (умение вовремя «пеленговать» все изменения в психологическом состоянии ребенка); * способность вести (т. е. без прессинга оказывать на детей благотворное влияние).   **КАК НАЛАДИТЬ ОТНОШЕНИЯ С ПОДРОСТКОМ?**  - научиться правильно понимать ребенка и доводить до его сознания, что он понят правильно;  - удерживать себя от негативных чувств к ребенку, даже мысленных (они могут становиться реальной, отрицательно воздействующей силой, создавать негативную ауру в семье);  - чтобы отучить ребенка от вредных привычек, следует сделать здоровый образ жизни семейным;  - убеждать подростков (особенно девочек), что даже «безопасный секс» в их возрасте — опасен: ведет к депрессии, а иногда к суициду;  - понимать, что в подростковом возрасте ребенок повторяет стадии раннего развития в более усложненной форме, стремясь удержать чувство безопасности и беззаботности детства;  - установить с подростком партнерские отношения, позволить ему принимать участие в семейных решениях, особенно тех, которые касаются непосредственно его.  **КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА**  **САМОЗАЩИТЕ ОТ ДАВЛЕНИЯ ГРУППЫ ИЛИ «ДРУГА- МАНИПУЛЯТОРА»?**  - научить ребенка опознавать методы индивидуального и группового давления, разъяснить их цель;  - убедить ребенка, что он имеет право на собственный выбор, собственное решение и не обязан принимать чужие;   * не откладывать разговоры с ребенком, если он пытается что-то сообщить, и не игнорировать это сообщение как маловажное.   **ЧТОБЫ ПРЕДУПРЕДИТЬ ПОПЫТКИ СУИЦИДА, СЛЕДУЕТ:**  — беречь ребенка от чувства одиночества и отверженности;  — не добиваться от подростка совершенства во всем, что он делает, чем занимается, это приводит к стрессам и нервному перенапряжению;  — хотя бы раз в два дня говорить с подростком по душам, о том, что его интересует;  — подстраиваясь под интересы ребенка, регулярно делать что-то со вместно — вместе трудиться и проводить досуг;  — взять на вооружение наблюдение психологов-суицидологов: до 12 лет ре бенка надо часто ласкать и целовать не меньше 11 раз в день, чтобы давать ему нужный запас энергетики;  — научить ребенка рассматривать неудачи не как поражение, а как опыт, показывающий ему его слабые места;  — анализировать неприятности, вызывающие глубокие переживания или страхи ребенка, чтобы снять чувства их уникальности и ощущения тупика;  — не считать ребенка своей собственностью и не посягать на его лич ное пространство;  — приучить ребенка заботиться о ком-то, кроме себя, например о до машнем животном: это повышает чувство ответственности и уменьшает чувство одиночества.  **КАК ОСВОБОДИТЬ РЕБЕНКА ОТ КОМПЛЕКСА «ЛИШНЕГО**  **ЧЕЛОВЕКА»:**  — создать атмосферу психологического комфорта в семье: дать ребенку ощущение ценности для родителей, братьев и сестер;  - отмечать любые достижения ребенка, превращая их в маленькие семейные праздники;  - обучить ребенка по его желанию художественным ремеслам, музыке, рисованию (хотя бы игре на флейте или гитаре), каким-либо видам самозащиты без оружия (русской борьбе или восточным единоборствам) и т.п.;  - :включить ребенка в систему семейного взаимообслуживания, дать ему посильную физическую нагрузку;  —применять к нему наказания качестве компенсации нанесенного кому-либо или чему-либо ущерба;  —вовлекать ребенка в различные формы творческой деятельности —литературный кружок, театральная студия, экологический туризм и пр.;  — тактично относиться к «примерке идеологических образов» подростками и уметь вести аргументированные дискуссии, проявляя уважение к собеседнику признавая его право иметь то  или иное идеологическое убеждение;  — на собственном примере убеждать ребенка в пользе освобождения от вредных привычек: не пить, не курить, не браниться, не употреблять нецензурные слова;  — на постоянной основе пользоваться помощью психолога и выполнять все его предписания в своей воспитательной системе. |