Семья – один из важнейших элементов современного общества. От благополучия и гармонии в семье зависит в том числе психологическое состояние всех ее членов.

В современных условиях развития общества особую значимость приобрела семья и внутрисемейные отношения, обострилась проблема общения в семье, поскольку семейные взаимоотношения носят менее эмоциональный и духовный характер. В современном быстроменяющемся мире у людей всё меньше времени остаётся для общения друг с другом, а общение с детьми, подчас, сводится лишь к удовлетворению элементарных потребностей.

Многие родители не знают, чем живут их дети, что происходит в их внутреннем мире. Но дети – это будущее. И от того, как их воспитывают, зависит очень многое в жизни. Каждая эпоха, каждая культура всегда оказывала и оказывает своё специфическое, более или менее благоприятное влияние на развитие детей. В прежние времена жизнь ребёнка была в большей степени предопределена нормами и традициями и т. к. жизненный путь был уже изначально предопределён, практически не существовало выбора и возможности что-либо изменить. В последнее время действительность меняется так стремительно, что условия жизни отдельно взятой семьи в значительной степени влияют на формирование и развитие детей.

Большинство современных семей не может обеспечить в достаточной мере потребность детей в общении и в обществе. Семья всё больше превращается в сообщество «по интересам», где лишь живут, едят и спят. Порой индивидуализм настолько возрастает, что члены семьи зачастую лишь сосуществуют друг с другом. В таких семьях практически не остаётся проблем, которые семья должна решать сообща, что лишает детей и родителей опыта совместных эмоциональных переживаний. Конечно, родители стремятся дать своим детям всё лучшее, оградить их от излишних тревог, обеспечить им «светлое будущее». Но в погоне за благами цивилизации, они порой забывают о необходимости простого, доверительного общения.

Младший школьный возраст – это первый этап осознанного отношения ребенка к общению и совместной деятельности, в это время происходит укрепление его чувства успешности. При этом психика ребенка наиболее уязвима и чувствительна, младшие школьники зачастую теряют присущую дошкольникам эмоциональную активность и жизнерадостность, испытывают трудности в обучении и поведении. Основная роль взрослого в этот период – это защитник, поэтому очень важным моментом является максимальное доверие между родителями и детьми, способность взрослого не только слышать, но и слушать волнения и переживания своего чада.

Как уже говорилось, многие родители считают, что у маленьких детей не может быть проблем. Психологическая практика показывает, что ребенок, испытывая внутреннее напряжение, не всегда может описать словами, что его беспокоит. И часто родители обращаются к психологу при проявлении негативных симптомов, таких как агрессивность, конфликтность, повышенная эмоциональность, застенчивость. Такие дети часто испытывают сложности при общении со сверстниками и взрослыми. А общение – это не только способность вступать в контакт и вести разговор с собеседником, но и умение внимательно и активно слушать, использование мимики и жестов для более эффективного выражения своих мыслей, а также осознание особенностей себя и других людей и учёт их в ходе общения. Всему этому ребенок научается в семье, в детской группе и в общении со взрослыми.

Возникновение детских проблем зачастую связано со стереотипностью родительских представлений о воспитании. Например, некоторые родители стараются выполнять все требования и малейшие капризы ребенка, развивая тем самым эгоизм и потребительское отношение к окружающим, или покупают своим детям много подарков, как бы компенсируя недостаток общения со своим ребенком.

**Общение – это главное условие для развития в жизни человека**

Общение – это процесс взаимодействия родителя и ребёнка, направленный на взаимное познание, установление и развитие взаимоотношений и предполагающий взаимовлияние на состояния, чувства, мысли, взгляды, поведение и регуляцию совместной деятельности.

В возрасте 3-7 лет ведущей является игровая деятельность, а ведущими потребностями становятся потребность в самостоятельности, новых впечатлениях и в общении.

Родителям хочется видеть своего ребенка счастливым, улыбающимися, умеющими общаться с окружающими людьми. Но не всегда ребенку самому удается разобраться в сложном мире взаимоотношений сосверстникам и взрослыми. Задача взрослых – помочь ему в этом.

Как известно, существуют следующие стили общения:

1. Авторитарный. Родители хорошо представляют, каким должен вырасти их ребенок, и прилагают к этому максимум усилий. В своих требованиях они очень категоричны и неуступчивы. Закрыты для постоянного общения с детьми, устанавливают жёсткие требования и правила, не допускают их обсуждения, позволяют детям лишь в незначительной степени быть независимыми. Их дети, как правило, замкнуты, боязливы, угрюмы и зависимы, раздражительны. Девочки на протяжении подросткового возраста остаются пассивными и зависимыми. Мальчики могут стать неуправляемыми и агрессивными.

2. Либеральный. Родители слишком высоко ценят своего ребёнка,

Считают простительными его слабости. Легко общаются с ним, доверяют ему во всём. Не склонны к запретам и ограничениям. Однако стоит задуматься: по плечу ли ребёнку такая свобода? Детям предоставлен избыток свободы, т. е. руководство родителей незначительно, не устанавливается никаких ограничений. Поэтому дети склонны к непослушанию, агрессии. На людях ведут себя неадекватно и импульсивно, не требовательны к себе; лишь в некоторых случаях дети становятся сильными и решительными, творческими людьми.

3. Индифферентный. Проблемы воспитания не являются для родителей первостепенными, поскольку у них другие заботы. Свои проблемы ребёнку приходится решать самому.

4. Авторитетный. Родители осознают важную роль в становлении личности, но за ним признают право на саморазвитие, осознают какие требования необходимо диктовать, а какие обсуждать. Открыты для общения, признают и поощряют автономию детей, допускают изменению своих требований в разумных пределах. Дети превосходно адаптированы, уверены в себе, развит самоконтроль, хорошо учатся, обладают высокой самооценкой.

**Помните!**

* Ребенка постоянно критикуют – он учится ненавидеть.
* Ребёнок живёт во вражде – он учится быть агрессивным.
* Ребёнок живёт в упрёках – он учится жить с чувством вины.
* Ребенок растет в терпимости – он учится понимать других.
* Ребенка хвалят – он учится быть благородным.
* Ребенок растет в безопасности – он учится верить в людей.
* Ребенка поддерживают – он учится ценить себя.
* Ребёнка высмеивают – он учится быть замкнутым.
* Ребенок живет в понимании и дружелюбии – он учится находить любовь в этом мире.

**Доверительность общения**

Самое главное, никогда не воспитывайте в плохом настроении,

Оценивайте поступок, а не личность, умейте видеть в детях только хорошее, разрешайте конфликты мирно, ведь «худой мир, лучше доброй ссоры», в минуты сильнейшего раздражения на ребёнка сядьте напротив него и пристально в течение минуты разглядывайте его от макушки до пят, пытаясь обнаружить в нём свои чёрточки. Как вы думаете, чем это закончится?

**Вывод**

* Чаще улыбаться;
* Общаться с детьми не меньше 3 часов в сутки;
* Радоваться успехам ребенка. Не раздражаться в момент его временных неудач;
* Терпеливо, с интересом слушать рассказы ребенка о событиях в его жизни;
* Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации;
* Создавать в семье атмосферу радости, любви и уважения.

Причины трудностей ребенка часто бывают спрятаны в сфере его чувств. Тогда практическими действиями – показать, научить, направить – ему не поможешь. В таких случаях лучше всего… его послушать. Правда, иначе, чем мы привыкли. Психологи нашли и очень подробно описали способ «помогающего слушания», иначе его называют «активным слушанием».

Что же это значит – активно слушать ребенка?

**Техника активного слушания**

1. Занять правильное положение по отношению к собеседнику (глаза должны находиться на одном уровне). Психологические исследования показали, что человек воспринимает преимущественно невербальную информацию, поэтому наша поза является для детей самым сильным сигналом о том, насколько мы готовы его слушать и услышать.

2. Повтор услышанного. Повторяя то, что вы слышите от ребенка, вы выражаете готовность принять ту информацию, которую он до вас пытается донести (будь то рассказ о действиях, или о мыслях, или о чувствах).

3. Делать паузы между фразами. Паузы помогают говорящему разобраться в своих переживаниях и одновременно почувствовать, что рядом с ним – понимающий их человек.

4. Обозначение чувств. Называйте чувство, которое ребенок пытается выразить рассказом.

5. Чувства – в утвердительной форме. Ответы должны отражать сочувствие и звучать не в вопросительной, а в утвердительной форме.

**Правила активного слушания**

1. Полностью сконцентрируй свое внимание на собеседнике. Обращай внимание не только на слова, но и на позу, мимику, жестикуляцию.

2. Проверяй, правильно ли ты понял слова собеседника.

3. Не давай советов.

4. Не давай оценок.

5. Поза (Необходимо сидеть напротив человека; корпус наклонен немного вперед.)

6. Взгляд (доброжелательный, смотреть в глаза).

7. Стимуляция собеседника к рассказу (Угу, Ага и т.д.).

Итак, что может дать техника активного слушания?

– Исчезает или сильно ослабевает отрицательное переживание ребенка, (разделенная радость удваивается, а разделенное горе уменьшается);

– Ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает больше рассказывать о себе;

– Ребенок учится сам решать свои проблемы;

– Ребенок начинает активно слушать родителей.