

Формирование культуры семейного воспитания отношения ребенка к родителям.

У некоторых людей, бывает, не вяжутся отношения с родителями. Причин на то много. Что делать, чтобы наладить отношения с родителями?

Самое главное условие: родителей нужно любить и о родителях нужно заботиться. Относиться так же, как вы бы относились к своим детям: с заботой, пониманием, иногда с требовательностью, но мягкой.

Заботиться о родителях, о том, чтобы им хватало вашего внимания. Это - не так уж и трудно: позвонить, узнать как дела, поговорить, скинуть смс-ку, подарить цветы - все это мелочи и все это приятно и вам, и им. Предлагать помощь и помогать там, где родителям без вас будет трудно.

Маме тяжело тащить из магазина сумки с картошкой и гречкой. Лучше это сделать вам.

Проработать свои личные верования. Родители нам ничего не должны. Они дали нам главное: возможность жить. Все остальное зависит от нас самих. Безусловно, родители могут, если хотят, нам помогать. Мы можем просить их о помощи. Но требовать помощь и поддержки - это лишнее.

Устанавливать телесный контакт. В некоторых семьях не принято обнимать друг друга. А отношения с телесным контактом всегда теплее отношений без него. Соответственно, нужно потихоньку дополнять отношения касаниями. Вначале - это должны быть простые как бы случайные касания. Мама стоит, скажем, в узком коридоре, вам вдруг по на добилось пройти мимо нее. И чтобы не споткнуться, вы рукой ее как бы отстраняете, при этом говорите "Пропусти, пожалуйста" и улыбаетесь. Так несколько недель, потом - уже просто в разговоре коснуться рукой, когда благодарите или говорите что-то хорошее. Потом, после допустим, небольшой разлуки - обнять и так далее, пока контактировать телесно не станет нормой.

Разговоры вести в веселом ключе: с задором, бодростью и юмором (только юмором не на родителя, а на ситуацию или на себя). В таком веселом ключе вставлять нужные внушения.

Скажи мне, дорогой родитель, это я в тебя такой умный? Мама, ты воспитываешь во мне лентяя: нельзя же быть таким воплощением заботы! Вот так всегда: я набросаю - ты уберешь. Категорически не понимаю, что бы ты без меня делала! У нас в доме только один человек знает все: расскажи мне мама, где мой телефон...

Заводить разговоры на интересные для родителей темы: как на работе? что интересного? Поддерживать разговор, даже если вам он не слишком интересен. Если это речь о телевизионной передаче - спрашивайте, кто больше нравится,

о чем передача, кто ее ведет, как часто она идет и так далее. Если о работе - то как дела, чем занималась и проч. Главное - просто вести разговор, не давать советы, не оценивать, а просто интересоваться. Сводить разговор на позитивные темы: а что тебе нравится? А кто понравился больше? и так далее. Жалобы и негатив сводить на нет: либо физически прерывать беседу (только вежливо, вспомнить, что надо кому-то позвонить, отвлечься написать смс и так далее), а потом возвращать ее на другое русло (да, о чем бишь мы. Так как ты в санатория съездила?), либо сразу переводить на новую тему.

Если случаются ссоры - ссоры как можно скорее свести на нет. А разбираться - позже, когда все остынет. Уточнить, что не нравится маме, извиниться за это. Даже если вам кажется, что вы категорически не виноваты, извиняясь, вы как бы даете вариант поведения для ваших родителей: извиняться - это нормально. Когда вы извинились сами, уточните, приняты ли извинения. Скорее всего вы в ответ услышите да. Вот тогда можно добавить, что в конфликте виноваты всегда двое. Вы были не правы здесь и здесь (уточнить еще раз), а вам кажется, что родитель был неправ здесь (важно сказать что-то, что будет понятно для родителя: например не нужно повышать голос на вас. Или не нужно кидать трубку при разговоре. И так далее. Предложите извиниться за это. Напомните, что вы тоже не правы, но вы извинились. Дождавшись извинения в любой форме, помиритесь. В идеале дальше лучше ненадолго разойтись по разным комнатам, а потом заняться совместным делом: перекусить, попить чаю и так далее. Занимать родителей какой-то активностью. Пусть съездит в новый магазин, посмотрит, какая там продается одежда и купит себе что-то новое (а вы помогите организовать эту поездку). Предложите заняться йогой (только предварительно сами убедитесь, что это правда хороший фитнес-клуб, чтобы не отбить всякое желание). Разузнайте про санаторий. Только не делайте все сами: пусть все делает самостоятельно родители, а вы им только помогайте везде, где это нужно.