***Секрет взаимопониманияс ребенком или ответ на все – Любовь.***

***Педагог-психолог Полякова Н.В.***

Не будет ошибкой предположить, что во все возрастные периоды ребенка, несмотря на такие частные вопросы как гиперактивность, застенчивость, адаптация, самооценка, неуспеваемость и многое другое, родителей волнует один вопрос – как найти взаимопонимание с ребенком. Вернее будет даже заметить, что вопрос взаимопонимания лежит в основе всех остальных вопросов и, решив этот основной вопрос, можно избавиться от большинства частных.

От подобного рода статей читатель, скорее всего, ждет вновь конкретных инструкций и прямых ответов, в надежде в каждой следующей статье, все же найти то секретное, в чем прячется взаимопонимание. Думаю, самым верным ответом на вопрос – как найти взаимопонимание со своим родным ребенком, будет таков: найти взаимопонимание со своим ребенком! Это внутренняя индивидуальная работа. Кто лучше Вас ответит, как найти ***вам*** взаимопонимание с ***вашим*** ребенком? Скорее всего только Вы, хотя бы потому что Вы лучше всех знаете себя, свои чувства, мысли, образцы поведения, частые состояния и именно Вы лучше, чем кто бы то ни был, можете знать своего ребенка, иметь к нему доступ, наблюдать его поведение, состояния, реакции, интересы, и, наконец, только Вы знаете ситуации, где взаимопонимание не находится, можете проанализировать причины этому. Можно конечно расписать в очередной раз по пунктам, что Вам нужно сделать, что бы наладить взаимопонимание. Но, как показывает практика, можно прочитать бесконечное множество подобных инструкций, а в ***реальной жизни так и не обрести способность поменять*** ситуацию. Однако, некоторые подсказки, касающиеся внутренней работы над собой, будут представлены в статье. Нужно отметить, что несмотря на то что речь идет о взаимопонимании с ребенком, статья построена на основополагающих идеях, которыми пронизано взаимопонимание между людьми в целом.

В прежние века люди больше доверяли себе, своим ощущениям и чувствам, были внимательнее друг к другу. Сейчас жизнь стремительно несется вперед, и людям, зачастую, нет времени не то что бы на другого, даже на себя. Человек утрачивает контакт с самим собой, не говоря уже о других людях. Человек становится менее способен к дифференциации собственных чувств. В психологической практике в 20-м веке такое явление получило название ***алекситимия***. Недостаточность рефлексии и интуиции ведет к снижению эмпатии. В такой ситуации волей-неволей прибегаешь к инструкциям по применению, ну ровно как в отношении с техникой. Теперь человек пытается найти ответы, идя вовне, не понимая, что именно внутри него самого находится самый богатый и истинный источник знаний, дарованный именно ему на благо себе и миру.

И все-таки стоит обратиться к самой природе взаимопонимания, дабы иметь трезвое осознанное представление об этом феномене. Нужно отметить, что, скорее всего, полного, идеального и постоянного, так сказать, иллюзорного взаимопонимания, скорее всего, добиться не удастся. «Чужая душа – потёмки», даже если это душа близкого человека. В веках людям удается на какое-то время приблизиться, слиться, а потом вновь удивиться новым проявлениям этой близкой души. Хотя известны случаи полного взаимопонимания и единения, что является показателем духовной любви. Однако, в случае с детьми, это чаще иллюзорно, кроме того, следите что бы стремление к такому взаимопониманию не было проявлением Вашего собственного эгоизма. Вероятно, у нас есть некая иллюзия по поводу того каким должен быть наш ребенок. Возникает резонный вопрос – когда успел появиться за ним такой долг? Наверное, задолго до рождения самого ребенка. Вы стали проводником в этот мир еще одной жизни, благодаря вам появился в мире еще один человек. Но это отдельный человек, со своей судьбой и уроками жизни, который на определенном этапе нуждается в поддержке. И часто этот человек растет полной противоположностью своим родителям. К тому же возрастная разница у вас значительная. Поэтому у вас естественно разные возрастные интересы. Вы, в принципе, разные поколения.

Кроме того, надо понимать, что у родителей в голове одна задача по поводу своего чада – воспитать достойного человека. И здесь включаются свои роли – контролер, следователь, наставник и др., в то время как у чада своя, вполне естественная, задача – жить и познавать жизнь через эмоции и ощущения, и лишь в последнюю очередь – через серьезные взрослые способы. Как видим, на одной территории нужно найти одно пространство совершенно разным вселенным и это пространство – пространство любви и взаимопонимания.

Как часто в жизни мы встречаемся с тем фактом, что как раз с любимыми и проявляются нежелательные стороны. Это происходит потому, что близкие и родные вынуждены проходить испытания варьирования своего поведения и своих потребностей и уважения пространства другого в условиях длительного проживания на одной территории. Постепенно сужается сознание, родной человек воспринимается через призму его привычного поведения, которое часто неосознает и не может контролировать. Положительные качества в таких условиях вопринимаются как данность и акцент на них делается меньше. Теряется свежесть восприятия родного человека, восприятие начинает происходить больше через собственную память о близком человеке, а не восприятие собственно человека в момент «здесь и сейчас». Как говорится: «лицом к лицу – лица не увидать». И человек начинает действовать по привычной схеме, к тому же если от него именно этого и ожидают, так как помнят его таким.

Так о каком взаимопонимании может идти речь, если в большинстве семей просматриваются подобные перечисленные явления. Не новость, что проблема "Отцов и детей" - существовала испокон веков. Поэтому, *в первую очередь* к этому положению дел необходимо относиться спокойно. Поскольку только в состоянии спокойствия можно осознать и предпринять эффективные действия.

*Во-вторых*, необходимо осознать и принять ту данность, что ребенок - проекция вашего внутреннего мира и атмосферы в семье. Понимание этого факта - уже большой разворот в верном направлении. Чаще задавайте себе вопрос - ***"Как я это создаю? Какие мои действия могут приводить к такому положению дел?***

*Третье* - воспринимайте каждую возникшую ситуацию как новую, появившуюся впервые. Смотрите на вашего ребенка и ситуацию свежим взглядом, а не пропущенным через память и накопившиеся претензии.

*Четвертое* - воспринимайте ребенка через фильтр милости и принятия его таким, каков он есть. Возможно он другой, не совсем такой, каким вы его нарисовали в своей голове, возможно, делает и интересуется не тем, чем вы ожидали. Он имеет право быть самим собой.

*Пятое* - общайтесь с ребенком в сотрудничестве, как бы на равных, но на его языке. Перестаньте смотреть на него как на меленького, ничего не умеющего и не смыслящего. Детская непосредственность часто гораздо мудрее взрослости. И, порой, нам есть чему поучиться у наших детей. Обращайтесь и относитесь к его возрасту уважительно, а к самому ребенку так, как будто вам обоим есть чему поучиться друг у друга.

*Шестое* - разговаривайте с ребенком о жизни, проявляйте внимание и понимание к его взглядам, размышляйте, рассуждайте, делитесь опытом, налаживая таким образом доверие между вами и приучая глубже и шире смотреть на жизненные ситуации.

*Седьмое* - создавайте внутреннее ощущение опоры, принятия, поддержки. Это можно сделать, выслушивая, подбадривая, поддерживая, а так же во время отступая, когда ребенку необходимо осмыслить нечто самостоятельно или начать действовать.

*Восьмое* - чаще обнимайте, поглаживайте ребенка в любых его жизненных ситуациях.

*Девятое* - будьте другом своему ребенку. Искренне радуйтесь с ним и смейтесь, удивляйтесь и интересуйтесь, проживайте все моменты его жизни, разделяйте его успехи.

*Десятое* - перестаньте назидать, контролировать, преследовать, выпытывать. Предоставьте ребенку свое пространство, параллельно закрепляя свои позиции, которых вы придерживаетесь при обозначении своих требований: спокойно обозначьте свои требования. Регулируйте ваши с ребенком права и обязанности путем разумной договоренности об условиях, времени, результате. Дайте таким поведением понять ребенку, что вы свободные личности, любите и уважаете друг друга. Однако объединенные одной территорией, а значит и некоторыми долженствованиями. Только при выполнении их возможно счастье всех.

*Одиннадцатое* - вера в ребенка. Испокон веков родные верили дуг в друга, чем, практически спасали друг друга в трудных ситуациях. Близкий человек, в частности, ребенок, всегда чувствует силу веры своих родителей даже на пространственном расстоянии.

Задача и назначение этой статьи сделаться для Вас не очередной теорией, а ***практикой,*** действенной живой и настоящей что осуществится, если вся информация будет пропущена через Вас, понята на чувственном уровне и коснётся Вашей души, что бы истинная природа взаимоотношений и взаимопонимания трезво осозналась и помнилась Вами, и всё перечисленные пункты слились воедино и работали на практике одновременно. Что бы сохранялся эффект от прочувствованного и осознанного, а вернее что бы вы его сохраняли, что бы душа ваша была в тонусе. Ведь правда в том, что только от Вашей активности и действенности зависит реальная ситуация, только от активного, а не пассивного чтения, только от слияния перечисленного во единое и пропускания через себя. Разве можно подобные вековые вещи объяснить на четырех страницах статьи. Можно лишь прикоснуться к явлению, а большая половина работы над этим явлением в собственной жизни остается за активным читателем. Ответ на всё – Любовь. Любовь нельзя разделить на пункты. Любовь – это состояние, из которого изобильно выливаются соответствующие поступки, слова, чувства, намеренность…

Желаю Любви!