**«Честные отношения в семье. Права ребенка и взрослого. От прав к правилам»**

Методические материалы

**Цель:** Помочь родителям расстаться со своей родительской беспомощностью, создать со своими детьми гармоничные отношения, основанные на любви и уважении.

**Задачи:**

Познакомить родителей с понятием «психологические права личности».

Побудить их к самоанализу взаимодействия с собственными детьми, определить его мотивы и формы, которые ведут к возникновению психотравмирующего опыта.

Мотивировать родителей на осознание необходимости установления равноправных, честных взаимоотношений с ребенком.

«Наши дети — это наша старость.

Правильное воспитание —

это наша счастливая старость,

плохое воспитание —

это наше будущее горе, это наши слезы,

это наша вина перед другими людьми,

перед всей страной».

Макаренко А. С.

**Люди «с комплексами», «забитые», «несчастные», «агрессивные» и т.д. откуда они берутся?**

Как правило - это результат неправильно сложившихся отношений в семье и неправильного воспитания. Казалось бы, за годы существования человечество должно было накопить огромный опыт воспитания,… отчего же мы порой ощущаем бессилие перед собственными детьми? Отчего же у нас – взрослых и опытных - возникает так много проблем с воспитанием собственных сыновей и дочерей? И как мы умудряемся любить их так. Чтобы они потом нас ненавидели?

Законы воспитания, казалось бы, правильные, и дети родные и вроде хорошие…» Даже если отец каждый день лупит свое чадо за любую провинность. Даже если мать – пьяница и наркоманка, которая не сразу и вспомнит, что у нее есть дочь. Даже если ребенок растет как одинокое, несчастное, брошенное существо… Все равно все и всегда утверждают, что любят «свою кровинушку». И главное, со своей точки зрения, даже самые отъявленные мерзавцы родители не врут. Просто они очень по-своему понимают, что такое любовь. Однако далеко не всегда мы можем сказать о себе: « Я хороший родитель, я знаю и понимаю своего ребенка, у нас теплые, близкие, дружеские отношения, даже если у нас возникают проблемы, я могу с ними справиться. Потому что я знаю –как». Чаще всего мы, родители, сталкиваясь с трудностями, испытываем разочарование, недоумение, раздражение. И мы « воспитываем» ребенка, с применением унижающих его достоинство и наносящих ему физический ущерб наказаний, в том числе телесных.

Добиваясь послушания, «воспитывая» ремнем, задумываемся, что в этом случае грубейшим образом нарушаем права ребенка? Какие? Те, которые обозначены в статье 19 «Конвенции о правах ребенка», подписанной правительством РФ. «Статья19-1. Государства – участники принимают все необходимые законодательные, административные, социальные и просветительские меры с целью защиты ребенка от всех форм физического и психологического насилия, оскорбления или злоупотребления, или небрежного отношения, грубого обращения или эксплуатации… со стороны родителей, законных опекунов или любого другого лица, заботящегося о ребенке.» (Конвенция о правах ребенка, 2006.с14).

Нужно четко понимать, что, если мы бьем ребенка, мы грубейшим образом нарушаем его права на безопасность и физическую целостность, расписываемся в своем бессилии. Мы - правонарушители и в цивилизованном государстве можем быть привлечены к ответу.

**А чем мы можем навредить ребенку, шлепая его по попе?**

Ожидаемые последствия - это неуверенность в себе, формирование комплекса неполноценности, неудачи во взрослой жизни, занижение самооценки, подавление личности. Родители опасаются, что ребенок вырастет озлобленным, в нем проявятся замкнутость, трусость или садизм. Некоторые справедливо полагают, что такое обращение приведет к нарушению взаимоотношений ребенка с взрослыми - к неуважению унижающего, потере доверия.

Вы знаете и понимаете чем чревато для ребенка унижение его достоинства. Но, к сожалению, большая часть родителей полностью поддерживает применение телесных наказаний, или считает их допустимыми в отдельных случаях.

Стоит задуматься, почему ко взрослым людям мы относимся одним образом, а к детям - принципиально другим? На детей не всегда распространяются законы человеческого общения.

Что делать?

Поговорить. Подумать. Прийти к собственным выводам.

А кто из вас не понимает, что ударить ребенка - означает нарушить его права, это унижает его достоинство и может привести к серьезному психологическому ущербу?

Получается, что семья – это государство, где есть власть (взрослые) и народ (дети). Дети должны всегда подчиняться.

**У детей есть права! Какие? Почему именно эти?**

А ведь наши права, права наших детей вытекают из наших потребностей! У каждого человека есть потребность в безопасности и защите, в любви и поддержке, принятии и уважении, успехе и радости, в самореализации.

А это значит:

|  |  |
| --- | --- |
| Потребности | Права |
| Потребность в самоактуализации | Право быть собой, непохожим на других.  Право развивать свой потенциал, на личностный рост, самовыражение. |
| Потребность в уважении | Право на любовь и внимание родителей  Право на уважительное отношение к себе вне зависимости от возраста  Право ощущать себя ценным. Право на признание достижений, одобрение. |
| Потребность в любви | Право на здоровые, теплые отношения с любящими близкими |
| Потребность в защищенности | Право на безопасность. Право на защиту от опасности, нападения, угрозы. Право получать помощь от взрослых. |
| Физиологические потребности | Право на пищу, физическое здоровье, комфорт. |

И тогда права ребенка в семье следующие:

* Право иметь любые чувства и выражать их
* Право сказать «нет»
* Право иметь свою точку зрения, отличную от точки зрения взрослых, и высказывать ее
* Право быть выслушанным
* Право на ошибку
* Право распоряжаться свободным временем по своему усмотрению
* И т.д.

Давайте перейдем от прав к правилам. **Правила** – эта наш общая договоренность о том, **как права каждого будут соблюдаться** в нашей семье. К примеру, ребенок имеет право на безопасность, на то, чтобы его не били, и тогда правилом будет отсутствие физических угроз.

Подавление ребенка – это жестокое нарушение его прав. «Ну какие права есть у этого малыша, когда он еще такой маленький, даже говорить не умеет?» - так думаем мы, потому что нас никогда не учили думать о своих потребностях, а потому нам трудно понять, какие же права могут быть у нашего сына или дочки. А все очень просто! Есть потребности, значит, обязательно, есть право на их реализацию.

У каждого человека есть потребность в физической целостности, физической безопасности. Что это значит? Это значит. Что у нас с рождения заложен инстинкт самосохранения просто для того, чтобы мы были целы и невредимы, чтобы мы жили. У нас есть право на жизнь. Но когда ребенка шлепают, дают подзатыльник, бьют ремнем, то это его право нарушается, так как ему становится небезопасно. И мы с вами, дорогие родители. Автоматически становимся нарушителями прав ребенка. Мы его подавляем! Другое дело, что нам тоже в детстве попадало, и мы иначе не умеем, не научились. Но это не оправдание! Кажется, что это так просто – шлепнуть ребенка, потому. что просто не знают, как следует поступить в конкретной ситуации. Да и чувств много. А это очень неприятно, когда возражение ищет выход. И вот тебе, пожалуйста, - шлепок. Понять же ребенка, услышать его, договориться с ним куда сложнее.

Потребность в безопасности – важнейшая потребность ребенка. Это значит, что среда в которой растет ребенок, его семья должны быть в безопасны для него как в физическом, так и в эмоциональном плане. Вспомните свое детство, всегда ли вам было безопасно дома? Чувствовали в своей семье спокойно и уверенно? Могли мы принести в дом плохую оценку, рассчитывая на сочувствие, понимание и поддержку? Если нет, значит, нарушалось наше право на безопасность. Да, так было, но это не значит, что так должно быть. Мы можем, если захотим, разорвать эту цепочку передающегося из поколения в поколение стереотипно – подавляющего поведения! Продумайте, безопасно ли вашему ребенку с вами? Или он боится вас?

Подавление - когда не принимаются во внимание потребности ребенка, нарушаются его права. Видов подавления может быть много, попробуем разобраться с некоторыми из них, так как подавление –такая противная штука, которая может, если ее не осознавать и не вырвать с корнем из своих отношений, отравить нам существование, сделать наши отношения конфликтными.

Подавление чрезмерным родительским контролем. «Как ты сидишь?», «Чем занимаешься?», «Сделал уроки?»»Почему ботинки не почистил?», «Если пойдешь на дискотеку, чтобы звонил мне каждые полчаса!» - такой вид контроля может раздражать до бешенства. Если спрошу Вас: «Как вы сами воспринимаете ситуации, когда кто-то вас пытается контролировать?» Ответ последует: «ненавижу. Даю отпор!» Но ведь ваш сын чувствует то же самое, когда контролируют его! Хуже всего то, что внешнее подавление переходит во внутреннее подавление (например, родитель часто называет ребенка тупицей). И вот уже мальчик вырос, и нет рядом его родителей. А ощущение своей тупости у него не проходит.

Знаете ли вы, что причина многих зависимостей – подавление родителями детей. Слепая, опекающая, не дающая дышать и взрослеть родительская любовь «Я лучше знаю, что тебе нужно!» оборачивается бедой.

Встречались с такой ситуацией: плачет мальчик – ему говорят: «Ну что ты нюни распустил, как девочка! Сейчас же прекрати!» Слава Богу, что подавление естественного процесса разрядки начинается не с пеленок! А плач – это разрядка, и сигнал, когда ребенок еще не может сказать, жарко ему или холодно, голодный или хочет пить. Плач – это сигнал для родителя разобраться в причине плача малыша. И устранить эту причину, удовлетворив насущную потребность ребенка. Угрозы, морализаторство, оскорбления, громкий крик, игнорирование - все это подавление..

К примеру, девочка 11-ти лет прописала следующее право: «не есть то, что не хочу». Услышав об этом праве, что становится понятным? Ребенка заставляли есть, а ей это не нравилось. И тогда в семье установится правило: Спрашивать у Даши, что бы она хотела на ужин. Теперь ее мнение осознанно учитывается.

Почему у взрослых так мало веры в то, что ребенок сам знает, что он хочет съесть и в каком количестве? И хочет ли вообще есть в настоящий момент? Организм человека мудр и к нему стоит прислушаться. Давайте попробуем доверять своим детям. Спрашиваем ли своих детей. что приготовить? Учитываем ли их вкусы? Мама. как правило, кладет в тарелку столько, сколько считает нужным. Ребенок должен съесть все, хотя порция для нее может быть слишком большой. Мама ведь знает лучше! Удивительно не только то, что ребенка перекармливают. Это случается сплошь и рядом. А то. что при этом из-за стола надо встать с легким чувством голода! В результате ребенок набирает лишний вес, за что его корят и изобретают разные способы снижения веса. Просто какой-то капкан из противоречий!

Другой пример. Право подростка «читать, что хочу». Это значит перестать контролировать то, что он читает. Ему захотелось выбирать самому, и он имеет на это право. Это не значит перестать делиться с ним мнением о тех книгах, которые читаем сами.

А право «Ходить в чем хочу». Действительно, взрослые часто принимают за ребенка решение как ему одеваться. Это оправданно, когда ребенок маленький. Но подрастая, ваш сын или дочь хотят экспериментировать со своей внешностью, одеждой. То, что хорошо с вашей точки зрения, может быть никуда не годным, по мнению ваших детей. Меняются мода, вкусы. Может быть лучше сказать: «Решай сама».

У каждого ребенка должна быть своя территория, которая неприкосновенна для взрослых. Здесь он и только он устанавливает свой порядок и решает. Когда и как ему убираться. Иметь такую территорию жизненно необходимо для каждого живого существа. Недаром животные метят свою территорию и бьются с чужим, который нарушает ее границы. Трудно, делая общую уборку, не убраться в комнате сына. Все расставить по своим местам так, как я считаю нужным. Но таким образом я нарушаю его право на свою территорию и неприкосновенность своих вещей.

Физические наказания – крайний (и недопустимый!) вид подавления. Статистические данные свидетельствуют о том, что в 80% семей детей бьют. Родители так разряжают свой гнев, свою беспомощность, избивая ребенка. Известно, что сильный страх тормозит умственную деятельность, и ребенок вряд ли будет радовать нас успехами, учась из-под палки.

Конечно, вы правы, если скажете, что без подавления не обойтись. Но наша задача свести его к минимуму там, где мы можем это сделать. Это наша с вами ответственность. Только так можно вырастить человека с чувством собственного достоинства.

Правила дорожного движения устанавливаются для гарантии нашего права на безопасность на улице. Правила в отношениях гарантируют сохранение наших прав на свободу, уважение, неприкосновенность, на возможность самим принимать решения в своей жизни.

Пример диалога с родителями: Вспомните Старуху Шапокляк. Она специализируется на пакостях, кознях и интригах. Она направляет свою неуемную энергию против всякого доброго дела. Несмотря на свой преклонный возраст, она переворачивает мусорные урны, обливает людей водой и даже стреляет из рогатки. Согласно книге «[Крокодил Гена и его друзья](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BB_%D0%93%D0%B5%D0%BD%D0%B0_%D0%B8_%D0%B5%D0%B3%D0%BE_%D0%B4%D1%80%D1%83%D0%B7%D1%8C%D1%8F)», её основное занятие — «собирать злы». В мультфильме её девиз выражен в песенке: «Кто людям помогает — тот тратит время зря. Хорошими делами прославиться нельзя».

Другим персонажем может стать лиса из сказки «Волк и лиса» Для этого типа характерна напускная слабость, беспомощность – и вот уже «битый не битого везет». Какими были отношения в лисьей семье? Похоже на существование множества манипуляций в отношениях родитель-ребенок. Мы манипулируем своими детьми, дети же учатся этому у нас и затем успешно манипулируют нами и другими. Всякое манипулирование основано на лжи. Взаимные манипуляции отравляют отношения, тогда теряется тепло, доверие, появляется неискренность и ощущение, что тебя используют.

Кто не помнит Карлсона, который живет на крыше? Маленький, толстенький человечек неопределённого возраста, живёт совсем один в маленьком домике на крыше, умеет летать при помощи мотора, который находится у него на спине. Любит гулять по крышам и проказничать. Самоуверен, считает себя «лучшим в мире» во всех отношениях, а также красивым, умным и в меру упитанным мужчиной в самом расцвете сил. Любит много поесть, из еды предпочитает мясные тефтели, торт со взбитыми сливками и плюшки. Абсолютно инфантильный герой.

По мнению психологов, инфантильность не врожденное качество, а приобретенное через воспитание. Так что же такое делают родители и воспитатели, что ребенок вырастает инфантильным? Несерьезное отношение к ребенку в детстве, запрет на принятие самостоятельных решений подростку, постоянное ограничение его свободы как раз и ведет к неразвитости эмоционально-волевой сферы.

Напомним, что инфантилизм возникает вследствие отставания и задержки в психике ребенка. Другими словами, происходит задержка становления личности, вызванная задержкой развития в эмоциональной и волевой сферах. Эмоционально-волевая сфера – это база, на которой строится личность. Не имея такой базы, человек в принципе не может повзрослеть и в любом возрасте остается «вечным» ребенком.

**Каким Вы хотите воспитать своего ребенка?**

**Кто должен стоять на защите прав наших детей?** Да, конечно же, мы, взрослые. Именно мы выступаем гарантом прав нашего ребенка. Личных прав, которые есть у каждого из нас, что, увы, часто не осознается.

Какие уроки отношений между людьми усвоит ваш ребенок? Как это может повлиять на его психическое здоровье?

Зачем ребенку нужны все эти права? Чтобы вырасти уверенным в себе, ответственным и независимым человеком. Человеком с чувством собственного достоинства, умеющим постоять за себя и уважающим при этом права других. И мы, родители, можем, соблюдая права ребенка, поспособствовать этому.

Честные отношения – это надежность и доверие, обязательность и ответственность.

Человек может многое, только ему обычно мешают лень, страх и низкая самооценка.

Родительство – это профессия, которой не обучают нигде! Процесс воспитания должен быть осознанным. Осознанными должны стать цели, которые мы ставим перед собой. Что-то у нас уже есть, а что-то является точкой нашего личностного роста. Похвалите себя, сегодня вы сделали еще один шаг к безопасным, искренним, честным отношениям.

**Есть другие рычаги влияния?**

Методы субъективного отношения - доброжелательная критика, советы, утешение, обращение указания в шутку, выражение обиды - именно эти формы регулирования отношений можно рекомендовать родителям.

Практика, а также многочисленные исследования показывают, что дети, чьи права в семье нарушаются, обычно испытывают те или иные сложности в адаптации. Им трудно учиться, они не организованны, агрессивны, неуравновешенны. Для них характерны частые смены настроения, неуверенность в себе, проблемы во взаимоотношениях со сверстниками и с взрослыми.

Однако, надо заметить, распределение прав – процесс двусторонний. Для того чтобы родителям не «выгореть» на родительском поприще, нужно заботиться и о себе, необходимо удовлетворять свои собственные потребности, а значит осознавать и отстаивать свои права тоже. Именно в семье, договариваясь со своими детьми о соблюдении прав, родители вырабатывают правила, по которым живет семья, обозначают границы дозволенного, устанавливают рамки для комфортного сосуществования. И тогда в отношениях возникаю простота и ясность, уважение и мир.

***Домашнее задание.*** *Возьмите лист бумаги, разделите его пополам и напишите, какие права вы хотели иметь в семье, чтобы вам жилось хорошо. В другом столбце сформулируйте правила, которые гарантируют нерушимость этих прав.*

Права, на которые по вашему мнению, претендует ваш ребенок у вас ужу прописаны.

*Попросите и ребенка проделать то же самое: чтобы он изложил на бумаге свои и ваши права. Потом обсудите, что у вас общего, а что разнится, и выработайте общий кодекс прав и правил.*