**ЛЮБОВ – НАЙКРАЩИЙ ЗАСІБ ВИХОВАННЯ**

«Щасливий той, хто щасливий вдома» – ці слова Л.Толстого зрозумілі тим, кому вдома, в сім’ї добре і затишно.

На жаль, в житті можна спостерігати ситуації, коли вже дорослі діти і батьки живуть паралельним життям, обмінюючись лише чемними привітаннями. Рідні люди не знаходять спільної мови. Подружжя досить часто виявляє невдоволення одне одним і стосунками з дітьми. Та й діти не завжди спішать додому, втративши надію зустріти там розуміння і співчуття.

Все починається з дитинства. Як правило, жорстокими і злими є люди, яким у дитинстві бракувало любові і турботи у сім’ї. Тому важливим моментом у стосунках дорослих та дітей є питання довіри. Згідно результатів анкетування лише 14% дітей можуть безумовно довірити свої потаємні думки, мрії батькам. 29% опитаних ніколи б не відкрилися, а 47% - зробили б це за певних умов. Тому для батьків важливо навчитися долати конфліктні ситуації в сім’ї конструктивно, мирним шляхом, не руйнуючи довіри та любові у взаєминах. А починати налагодження стосунків варто з довірливих, теплих взаємовідносин з дітьми. А ще слід бути готовим змінюватись батькам, в першу чергу, самим.

Найбільше шкодить у вихованні така батьківська установка: „Я – дорослий, я все знаю, я завжди правий, а діти мають лише підкорятись”. Така позиція породжує авторитарні методи впливу: крик, погрози, покарання, образи, примус тощо. Та якщо батькам сказати, що вони приміняють насильницькі дії щодо своїх дітей, то вони тільки здивуються і, ясно, не погодяться.

Що ж ми зазвичай розуміємо під насильством? Найчастіше тільки фізичне насильство ми вважаємо насильством. Нам навіть важко припустити, як часто ми самі демонструємо насильство або стаємо його жертвами.

**Виявляється, насильство це й ще:**

* Погрожування нанести собі або іншому тілесні ушкодження;
* Невиразні погрози як „Ти у мене дограєшся” тощо;
* Погрози піти, забрати дітей, не давати грошей, подати на розлучення, розповісти про щось;
* Ламання та знищення особистих речей;
* Використання лайливих слів, лайка;
* Приниження, ображання, постійне підкреслення недоліків;
* Контролювання, обмеження у спілкуванні, стеження;
* Заборона лягати спати або насильницьке пробудження;
* Звинувачення у всіх проблемах;
* Критика думок, почуттів, дій;
* Ігнорування.

**Насильством щодо дітей, крім цього, вважається:**

* Нехтування дитиною;
* Нехтування обов’язками стосовно дитини;
* Відсутність у сім’ї доброзичливої атмосфери (психологічне ізолювання);
* Недостатнє забезпечення дитини наглядом та опікою;
* Втягування дитини у з’ясування стосунків між батьками і використання і використання її з метою шантажу;
* Недостатнє задоволення потреб дитини в їжі, одязі, освіті, медичній допомозі, за умови, що батьки матеріально спроможні зробити це;
* Використання алкогольних напоїв (наркотиків) до межі втрати самоконтролю над діями;
* Нездатність забезпечити дитині необхідну підтримку, увагу, прихильність.

Неважко помітити, що все це не рідкість у наших сім’ях. Ми не розглядаємо це як щось особливе. Так поводилися наші батьки, батьки їхніх батьків. Така поведінка стала для нас звичною. І часто батьки просто не замислюються над тим, як це може вплинути на них і їх дітей.

Коли виникає конфлікт, дорослі часто так захоплюються ним, що думають тільки про те, як би відстояти свою точку зору. Їм все одно, що відбувається у навколишньому світі. А діти, безумовно, не можуть бути сторонніми спостерігачами. Тому батькам треба пам’ятати, що діти бачать, чують та пам’ятають більше, ніж вважають дорослі. Нам здається, що дитина в цю хвилину не бере участі у конфлікті (захоплена грою, дивиться телевізор, знаходиться в іншій кімнаті тощо). Але насправді діти завжди знають, коли їхні батьки сваряться і, відповідно, реагують на прояви насильства в сім’ї. Як саме? Вони зазнають почуття провини, сорому і страху, ніби вони відповідальні за насильство, яке доводиться їм спостерігати, відчувають сум і гнів, тому що вони не спроможні змінити те, що відбувається в сім’ї. Ці переживання відбиваються на поведінці дітей:

* Реагують надто агресивно на всі зауваження;
* Не визнають авторитетів;
* Можуть бути пасивними або пригніченими, знервованих або заляканих;
* Можуть жалітися на головний біль, біль у шлунку, постійне відчуття втоми, сонливість тощо.

**Водночас,** **діти, які були свідками насильства в сім’ї, засвоюють, що:**

1. Насильство – це засіб розв’язання конфліктів або отримання бажаного. Цю навичку вони переносять у навколишнє середовище: спочатку в дитячий садочок і школу, потім у дружні і близькі стосунки, а потім у свою сім’ю і на своїх дітей.
2. Негативні форми поведінки в суспільстві – найвпливовіші. Вони переконуються, що тиск і агресія призводять до бажаного результату, і тому не шукають інших способів взаємодії з іншими людьми. Вони не знають про те, що можна домогтися бажаного, не обмежуючи прав іншої людини .
3. Довіряти людям, особливо дорослим, - небезпечно. У своїх сім’ях вони не мають прикладу позитивних стосунків, Тому їм важко встановити близькі стосунки з іншими людьми. Вони не спроможні розуміти почуття інших людей.
4. Свої почуття і потреби не можна виявляти відкрито. Дитина не може відкрито виявити свої справжні почуття в сім’ї, тому що до неї або просто нікому немає діла, або за цим настане покарання. Врешті-решт вона втрачає цю навичку – виявляти свої справжні почуття. Дієвими є лише негативні почуття – вони привертають увагу, піднімають авторитет, тому тільки їх і варто виявляти. В результаті дитина або приховує свої почуття в сім’ї, знаходячи їм вихід на вулиці, в школі, або керується принципом мовчання, терпіння і приниження.

Отже, у сім’ях, де в стосунках з дітьми переважають контролювання, нехтування дитячими потребами, тиск та приниження одне одного, дитина може вирости агресивною або забитою, такою, що не вміє постояти за себе.

Та, якщо дитина демонструє агресивні реакції, це ще не означає, що вона робить негативний вчинок. Виявляється, що агресія – це форма поведінки, спрямованої на самозахист, і служить вона для адаптування до навколишнього середовища, задоволення бажань і досягнення мети. Тобто, це те, що властиве нам від народження, і те, що не можна знищити, можна тільки приглушити.

**Тому розрізняють два види агресії:**

* Агресія – поведінка самозахисту, настійлива, неворожа, спрямована на досягнення мети. Цей тип агресії є важливим засобом розвитку пізнання і здатності покладатися на себе. Він спонукає до необхідної конкуренції, яка у своїй основі не є ворожою і деструктивною.
* Агресія ворожа, тобто злостива, аморальна поведінка, така, що завдає болю оточуючим.

Оскільки агресивність неоднорідна – в різних ситуаціях треба діяти по-різному. В одних випадках треба підтримати дитину, в інших – захистити від агресивності. Інакше кажучи, важливо з’ясувати, якими є дії дитини: самозахист це чи ворожість, або чи не переносить вона свою лють з винного на невинуватого. **Тому головне завдання батьків та педагогів – навчитися розбиратися в психологічних особливостях дитячої поведінки та допомогти їм адаптуватися до навколишнього світу:**

* Підтримувати здорову наполегливість, зусилля для досягнення мети;
* Концентрувати енергію дитини, для того, щоб отримати бажаний результат;
* Допомагати дитині звільнитися від непотрібної ворожнечі до інших, до себе, до суспільства.

Мова йде не про те, щоб вибити ворожість палицею. Фізичні покарання, утиски, обмеження ніколи не допоможуть дитині впоратися зі своїми агресивними почуттями. Скоріш навпаки, покарання сприяє підтриманню агресивної поведінки і накопиченню негативних почуттів. Коли діти (чи дорослі) діють агресивно або роблять боляче один одному, можна припустити, що раніше вони самі страждали і їхнє емоційне „я” уражене. Ображання нашої самоповаги, почуття любові до себе є головним джерелом подібних вчинків. Дитина, яка демонструє ворожу поведінку, відчуває гнів, нехтування, незахищеність, тривогу та образу. Вона або не здатна, або не може, або боїться висловити те, що відчуває. Дитина стає агресивною не водночас. Спочатку вона висловлює свої потреби в пом’якшеній формі. Але дорослі, зазвичай, не звертають на це уваги, доки не з’являться надто серйозні зміни в поведінці. **Що в діях дорослих може викликати агресивні почуття і дії дітей?** Це на думку психолога Ю.Гіппенрейтера::

1. Накази, команди (вони викликають у дитини почуття неповаги, самотності, безправ’я. Тому діти у відповідь опираються, ображаються, виявляють упертість).
2. Попередження, застереження, погрози. Вони погані тим, що за частого повторення діти до них звикають і перестають на них реагувати. Тоді деякі батьки від слів переходять до діла і швидко проходять шлях від слабких покарань до більш сильних, а часом і жорстоких. Останній крок – починають застосовувати фізичне покарання.
3. Мораль, повчання, проповіді. Як правило, діти на них не реагують, тому що моральні основи і моральну поведінку виховують не стільки слова, скільки атмосфера в сім’ї через наслідування поведінки дорослих, перш за все батьків.
4. Постійні поради, намагання все вирішити за дитину. Діти не схильні дослухатися порад дорослих, бо їм важливо, щоб вони самі прийняли рішення – це їхній шлях до самостійності. І часто методом проб і помилок приходять до того, що перед цим їм радили батьки.
5. Докази, нотації, „лекції”. Це викликає у дітей активний захист або нудьгу, пригніченість, розчарованість у собі і у своїх стосунках з батьками. У цьому випадку у дитини формується низька самооцінка, яка породжує нові проблеми. Треба звертати увагу не тільки на негативні, а й на позитивні сторони поведінки дитини. Не треба боятися, що похвальні слова на адресу дитини зіпсують її.
6. Обзивання, висміювання. Усе це – найліпший спосіб відштовхнути дитину і допомогти їй розчаруватися у собі.
7. Випитування, розслідування, стеження. Утримання в розмові від запитань дуже важко. І все ж краще постаратися і спробувати замінити питальні речення на стверджувальні. Часом різниця між запитанням та стверджувальною фразою може здатися майже непомітною. А для дитини, яка переживає, ця різниця велика: запитання сприймається як холодна цікавість, стверджувальна форма – як розуміння і підтримка.
8. Співчуття у словах, умовляння. Звичайно, дитина потребує співчуття. І все-таки є ризик, що слова співчуття прозвучать надто формально, і дитина може почути зневагу до її турбот, відкидання або зменшення її страждань. Може замість цього промовчати, притиснувши її до себе?
9. Ігнорування, відкидання.

**Пам’ятайте, поведінка дитини – це ще не проблема.** Це тільки ключ до проблеми. Тому, якщо дитина поводить себе агресивно – це означає, що загорілося червоне світло. І так само, як при переході вулиці, варто зупинитися й подумати: дитина переживає щось таке, що змушує її діяти агресивно. Треба зрозуміти дитину та її почуття. Це не означає, що батьки мають виправдовувати вчинки своєї дитини. Адже, якщо вони розуміють поведінку свої дитини, вони здатні діяти розумніше, конструктивно і по-людському, а отже, мають більше шансів на те, що обрана ними стратегія спрацює.

**Якщо дитина поводиться агресивно, то батькам необхідно:**

* З’ясувати для себе, в яких ситуаціях, з ким, де дитина поводиться агресивно. Тоді їм легше буде зрозуміти причини такої поведінки.
* Навчати дитину висловлювати свої почуття і потреби відкрито. Гнів та агресивність – це нормальні природні почуття. Головне те, як ми його сприймаємо та виражаємо. Традиційно людство привчає дітей затискати свій гнів та агресивність. І коли ці почуття виникають, дитина навчається їх приховувати, відчуваючи сором та провину.
* Встановити чіткі та незмінні межі поведінки. Впевнитися, що дитина розуміє: агресивні дії не припустимі ні в якому разі.
* Дії батьків для дитини – основний взірець для наслідування. Поведінка батьків може бути уроком того, як можна одержувати те, що хочеш, не вдаючись до нападів, тиску, погроз, бійок.

Ворожість породжує ворожість, ненависть породжує ненависть. Та і батькам, і дітям варто пам’ятати, що радість несе радість, а любов – любов. Культивування радості в людських відносинах – найкраща стратегія виховання.

А по-справжньому допомогти дитині батьки зможуть лише тоді, коли допоможуть собі. Припинити домашнє насильство, авторитарний стиль виховання дітей можливо, навчившись поважати іншу думку, інші індивідуальні особливості, інший стиль поведінки.

Якщо в сім’ї є довіра, любов, досить просто жити і сприймати дитину близько, безпосередньо, і радіти, і страждати разом з нею, переживаючи будь-яку подію в її житті. Це і буде запорукою сімейного щастя.