**Жасөспіріммен қалай жемісті байланыс жасау керек?**

**Ата-ананың орнындағы басты нәрсе - дұрыс қарым-қатынас, өз жастық шағының тәжірибесін пайдалану және тиімді қарым-қатынастың негізгі ережелерін мұқият сақтау.**

**Жасөспіріммен тиімді қарым-қатынас жасаудың 12 ережесі бар.**

**1-ереже: дұрыс позицияны алыңыз.**

**Жасөспірім сіздің кеңесіңіз бен нұсқауларыңызды сөзсіз қабылдайтынына көз жеткізбеңіз және оны бірден орындаңыз. Ол мойынсұнушылық пен мойынсұнушылықты көрсететінін алдын ала ескертіп, бұл болмаса, сіз стресс сезінесіз.**

**Қажетсіз проблемалар мен қақтығыстардан аулақ болу үшін, өз күтуіңізді баланың мүмкіндіктері бойынша салыңыз.**

**2-ереже: Өзіңіздің жасөспірімдеріңіздің өткенін қараңыз - сіздің естеліктеріңіз балаңызды, оның әрекеттері мен тәжірибелерін түсінуге жақсы көмекші бола алады.**

**- Жасөспірім балаңызды жақсы түсіну үшін ата-аналар өздерінің жасөспірім жылдарында өздерін есіне түсіру үшін пайдалы. Сіз 11-15 жаста болғанда не ұнадыңыз? Ата-анадан - сіздің балаларыңыздың әжесінен және ата-әжелерінен сізден естеліктеріңізді жаңартуға көмектесуін сұраңыз.**

**- Сіздің ұлыңыз бен қызыңыздың ескі фотосуреттерді сұрыптап, талқылауға, сол кездегі қиындықтарыңыз туралы ашық айтуға, сіздің тәжірибеңізді түсінуге қызықты әрі өте пайдалы болады. Кейіннен, жасөспірім сізді басқа біреуден, күтпеген жағынан ашып, сізбен жаңа, құпия деңгейге көтеріле аласыз.**

**3-ереже: Балаңызға сеніңіз. Барлық ата-аналар: «Жасөспірім баланы қандай дәрежеде еркіндікке жеткізуге болады?» Деген сұрақ туындайды. Және олардың әрқайсысы өз-өзімен жауап береді. Бірақ ең бастысы, психологтардың пікірінше, ересектер алтын ережеге сүйену керек - тым алыс емес, жасөспірімнің тәуелсіздік деңгейі мен ата-аналардың бақылау деңгейінің арасындағы «ортақ жерді» табыңыз.**

**Баланың тәуелсіздігін қабылдай отырып, оны босатуға болмайды. Осыған:**

**• Тұрақты талаптар, мінез-құлық ережелері мен оларды бұзғаны үшін санкциялар жүйесін, сондай-ақ ынталандыру жүйесін әзірлеу. Баланың талқылауға қатысуы, осы ережелерді біліп, айыппұлдармен келісуі қажет.**

**• Талаптар мен ережелер балаға негізделген және түсінікті болуы керек. Жаза дәйекті түрде қолданылуы керек және тек сөздермен қауіп төндірмеу керек.**

**• Тым көп ережелер болмауы керек (шектеулер, талаптар, тыйымдар) және олар икемді болуы керек.**

**• Кез-келген тыйым салу кезінде диалог барысында келесі тізбекті сақтау қажет:**

**1. Балаға өз іс-әрекеттеріне сәйкес келмейтін нәрсені түсіндіріңіз (бірақ өзі емес, адам сияқты).**

**2. Сіздің тыйым салуыңызды таластырыңыз.**

**3. Баланың өз іс-әрекеті арқылы қандай мақсатқа ұмтылатынын біліңіз және бірге мақсатқа жетудің немесе нақты мақсаттарды қоюдың басқа жолдарын табыңыз. Бала да ұсыныстар жасайды.**

**Шын мәнінде, балалар ата-аналарынан ештеңені жасырмайды. Құпиялар ата-аналар айыптаған кезде, бала үшін нәрсені тексеріп, тыйым салғанда басталады. Егер ата-аналар балаға сенім артуды үйренсе, бала олардан ештеңені жасырмайды.**

**Балаға сенім арту қиын. Әрдайым қорқыныш бар: ол ересек жолмен жеткілікті түрде жасай алмаса; ал егер ол алданған болса; бірдеңе болса және тағы басқалары «кенеттен» болса ше? Балаңызға деген қамқорлықты түсіндіріп, оған түсіндіріп беріңіз: «Мен сенемін, баруға жоспарланған жерге барыңыз. Бірақ байланыста болыңыз; ата-аналарға SMS-хабарлама жолдаңыз: «Мен жақсымын, қайда және не істеп жүргенімді жазыңыз?».**

**«Детективтік әңгімелерді ойнау, балаларыңыздың әлеуметтік желілердегі шоттарын бұзу, қозғалыстарды қадағалау және оның« партияларынан »фото суреттерді көру үшін іс жүзінде олармен танысуға тырысудың ешқашан ұсынылмайтынын есте сақтау маңызды. Егер олар сізді ашса, онда олар сізден бәрін жасырады. Сенім сенім дегенді білдіреді! Балаңыздан сұрақтарыңызды ескеріп, қоңыраулар мен SMS-хабарламалар туралы келісіп, онымен жақсы екенін растайтын жөн.**

**4-ереже: Әрқашан баламен сөйлесуге дайын болыңыз. Жасөспіріммен ересек пен жасөспірім арасындағы теңдік орын алатын диалог түрінде сөйлесу.**

**Балаға баспаңыз, қарым-қатынасыңызды қоймаңыз. Бірақ, онымен әңгімелесуге үнемі жақын және үнемі ашық болыңыз.**

**Бала таза емес, таза емес пе? Ренжімеңіз. Бірақ, егер жасөспірім бір нәрсе бөліссе, қызығушылықпен тыңда, сұрақтар қойып, қолдау көрсет.**

**Балаңызбен тыныш сөйлесіңіз, дауысыңызды көтермеңіз, ұстамдылық пен ұстамдылықты сақтауға тырысыңыз.**

**\* Сыпайы болыңыз, теріс эмоциялардың еркіне жол бермеңіз, баланы қорлаңыз - ол оны ұмытпайды. Дана кеңес беру, қорлау, қорқыту және т.б. оңай. Бірақ, бұл арқылы сіз тек балаға ештеңе сенбейтініне қол жеткізесіз. Сонымен, балаңызды тыңдап, ересек досыңыздың сөзін тыңдаңыз.**

**\* Баламен әңгіме тақырыбы нақты болуы керек, мәселенің мәніне әсер етуі керек. Сонымен қатар, адамның үстінен сынға ұшырауы мүмкін емес («сіз осылайсыз»). Сіз «дөңгелек қорғаныс» түрінде жауап бересіз, сіздің құрметті қорғауыңыз, «Мен». Бөліп алыңыз**

**ереже: Жасөспірімнің жеке кеңістігін құрметтеңіз. Өз еркіндігімен тәртіпті орнату үшін оның еркіндігіне қол сұғылмаңыз.**

**Балаңыздың қызығушылығын және балаңыздың дәмін тану - ата-аналардың дұрыс шешімі.**

**\* Баланың қызығушылығын жоғарылату - оның сүйікті компьютерлік ойындарын, фильмдерін, музыкалық топтарын біліңіз. Өзіңіздің ұнаған нәрсеңізді ескеріңіз: бала жағымды таңданып, риза болады.**

**\* Баланың жеке кеңістікке деген құқығын тану: бөлмеге құлақ салмастан кіруге, оның заттарына рұқсатсыз қол тигізбеуге, өз аумағында өз тапсырысыңызды қалпына келтірмеуге.**

**\* Өз таңдауын, соның ішінде қателесу құқығын құрметтеңіз.**

**\* Түсінуімен оның бас тартқанын қабыл алыңыз: «Сіз киноға барасыз ба?», «Келесі жолы!», «Сізбен бірге тамақтанасыз ба? Ашық емессіз бе, маған тамақ ішкен кезде айтып беріңіз?») Есіңізде болсын: осы жаста өткір отбасы шеңберіндегі қарым-қатынастың құндылығын төмендету және ата-аналар емес, ең үлкен беделге айналады.**

**Өзіңді шыдамдылық пен сақтықпен ұстаңыз, дәйектілікті сақтаңыз - және жасөспірімнің өзіңді өзіңе кіргізудің осы кезеңін жеңе отырып, бір-біріңе ашық және жақын болудың ортақ ұмтылысын жоймайсыз.**

**6-ереже: Әрбір баланың мойындау керек екенін ұмытпаңыз - ол өзінің талантының құндылығын білуді, көруге және сезінуге; оның қабілеттері мақтан тұтады; оның дағдыларын құптайды.**

**Мақтауда болмаңыз. Балаңызды ынталандырып, шабыттандырыңыз!**

**• Балаңызды қалай мадақтасақ, соғұрлым ол сенімді бола түседі және оның бизнесі туралы сізге айтатыны қаншалықты жағымды.**

**• Әрине, мақтауға баланың нақты жетістіктеріне, тіпті өте қарапайым болса да, сәйкес келуі керек. Баланы мақтауға шамадан тыс және ешқандай себепсіз «менеджерді» көтермеу, оның өзіндік құндылығы жеткіліксіз.**

**• Балаңызды жігерлендіретін мейірімді сөздерді және сөз тіркестерін қолдаңыз: «Сен қандай ұлы адамсың!»; «Мен саған сенемін!»; «Барлығы сіз үшін керемет болады!», Нәзік жанасудан және құшақтасумен қатар.**

**• Сіздің бетіңізді білдіруге назар аударыңыз - балаңызды оптимизммен және ата-аналарын олардың табыстарымен қуантуды талап етіңіз.**

**• Балалармен сөйлесуден дыбыстарды, өрескел интонацияларды болдырмаңыз. Жасөспірімнің өзіне және оның күшіне деген сенімін бұзатын сөздер сияқты, мысалы: «Сіз бұл мәселені шеше алмайсыз»; «Сізде осындай маңызды нәрселерді қабылдауға жеткілікті күш жоқ»; - Мен сені ақылды деп ойладым.**

**• Отбасында жылулық, махаббат пен құрмет атмосферасын жасаңыз.**

**Есте сақтаңыз:**

**Мақтауыңызда, балаңызды жетістіктеріңіз үшін емес, сонымен қатар ол өзіңіздің ол екеніңізді көрсетіңіз;**

**• Балаңызды басқалармен (тіпті жүректерде) салыстырмауға тырысыңыз, әсіресе егер бұл салыстыру оның пайдасына емес.**

**• Егер жасөспірім отбасында мойындалмаса, ол жан-жақты пікірлестерді іздейді. Және, ең алдымен, оларды үздік компанияда таба алмайды.**

**7-ереже: Жасөспірімді сіздің үлгііңізбен тәрбиелеңіз.**

**Жасөспірім ересектердің кез-келген жалғандығын жақсы біледі.**

**• Сондықтан, ата-аналар, мысалы, өз ұлын немесе қызын талап етпестен, өз бөлмесін тазалайтын болса, пәтерді жиі тазалау керек.**

**• Егер ата-ана баланың нәрсеге қызығушылығын туғызғысы келсе, олар өздерінің шығармашылық қызығушылығына ие болуы керек, отбасылық бос уақытымды жоспарлау қызықты - шексіз телешоуларды көрмей, бірлескен іс-әрекеттер жасау - шығармашылық, шығармашылық.**

**8-ереже: Жасөспірімге өте көп шағымдар жасамаңыз және үлкен үміт артпаңыз. Мұндай адамгершілік ауыртпалық ересек адам үшін тіпті қиынға соғуы мүмкін емес.**

**Балаңыздың академиялық үлгерімі үшін бағалар пен айыппұлдар мен марапаттар жүйесімен байланыстырмаңыз.**

**\* Сіздің балаңыз өзінің жақсы академиялық көрсеткіштерінің фактісін марапатқа және оның академиялық қабілетсіздігіне жаза ретінде бағалай білуі керек.**

**\* Балаңызға үй тапсырмасын орындауға көмектесіңіз, бірақ оны өзіңіз жасамаңыз.**

**\* Бұл тапсырмаларды қызықтырыңыз. Егер бала сізге үй тапсырмаларын сұраса, оған жауап беруді емес, өздерінің жауаптарын табуына көмектеседі.**

**\* Балаңызға мектепте оқытылатын нәрсеге қызығушылықпен қарауға көмектесу.**

**\* Бала мектепте алған білімін үйде қолдануға болатындай мүмкіндікті іздеңіз. Мысалы, ол тамақ дайындау үшін қажетті мөлшерді немесе белгілі бір бетті бояуға қажетті бояу мөлшерін есептеп алыңыз.**

**9-ереже: әділ болыңыз: әртүрлі жастағы балалармен қарым-қатынас жасау кезінде айырмашылықтар жасамаңыз. Бір баланы екіншісін кешірмейтін нәрсеге айналдырмаңыз.**

**Есіңізде болсын, оның жетілуін дәлелдеуге тырысқан кезде, жасөспірім шынымен де ойланбайтын нәрселерді, мысалы, сені жақсы көрмейді, сені жек көреді деп ойлайды және т.б. есте ұстаңыз. Осы сәтте сезімнің әсерімен айтылғанын есте ұстаңыз. Ұзақ қорытынды жасамаңыз және үрейлі болмаңыз.**

**10-ереже: Жасөспірім жасаған қателіктеріне назар аударыңыз.**

**Көптеген ата-аналар балаларының «сүйіспеншілігінен айырылып» қалады деп қорқады немесе ата-аналары тым қатал болса, олар ренжітеді. Мұндай тактика, әдетте, бағынбаушылық пен бақылауды жоғалтуға әкеледі. Қосылу зиянды.**

**Егер болса**

**11-ереже: Жасөспірімге ақшаны бағалайтынды үйрету. Жасөспірімге сіздің мамандығыңыз туралы, бизнесіңіз туралы айтып беріңіз. Ол ақша табудың, оны қалай құрудың және отбасылық бюджеттің қалай бөлінетінін түсінуі керек. Сізге белгілі бір сомаға сатып алудың қандай опцияларды жасауға болатынын түсінуге үйретіңіз.**

**\* Сіз сатып алғыңыз келетін нәрсені және қазіргі кезде сатып алуды неғұрлым маңызды нәрсемен байланыстыра отырып таңдау жасауды үйреніңіз. Дүкенде баға бойынша сұраңыз, жеңілдіктерді көріңіз, тартымды бағаларды таңдаңыз.**

**\* Жасөспірім дүкенге «бюджетпен» танысуға тырысатын сатып алулардың тізімін және белгілі бір соманы жіберуді жөн көреді.**

**\* Жасөспірім отбасында маңызды сатып алулар туралы хабардар етіңіз.**

**\* Балаңызбен маңызды отбасылық мәселелерді талқылаңыз, оған қатысудан бас тартпаңыз - балаңыз оның пікірін маңызды деп санауға тиіс.**

**12-ереже: Баланы қиындықтарды шешуге үйрету. Мақсатты өз алдына қойып, оларға жету жолдарын анықтасын. Балаңызды өз жолын қалыптастыруға үйретіңіз - оған мамандықтар әлеміне бағыт беру.**

**Болашақта не істеу керектігін шешу жасөспірім үшін ең қиын нәрсе. Міне, ата-ананың көмегі қажет. Барлық мүмкіндіктерді көрсетуге тырысыңыз - оған әртүрлі мамандықтар туралы айтып беріңіз, өз достарыңызға олардың қызмет салалары туралы ақпаратпен бөлісуін сұраңыз. Жасөспірімге не қажет екенін нақты білуін талап етпеңдер! Ол шешім қабылдаған жағдайда ғана шешім қабылдай алады.**