Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Яйская общеобразовательная школа-интернат психолого-педагогической поддержки»

 Родительское собрание

 Тема: *«Детское одиночество»*



 Подготовила:

 Педагог - психолог

 Ситникова Ю.С.

Яя

2020

 Детское одиночество.

«Как страшно жизни сей оковы

Нам в одиночестве влачить;

Делить веселье – все готовы:

Никто не хочет грусть делить…»

 М.Ю. Лермонтов

(из стихотворения «Одиночество»)

Как говорят психологи, практически во всех случаях детских психологических проблем, работать необходимо с родителями, а не с детьми. Вот чем действительно стоит заниматься – своим личностным развитием, работой над своими комплексами, внешностью, дурными привычками… А дети вырастут вместе с нами, получив такие уроки работы над собой, которые помогут им двинуться дальше нас. Не на тот субъект направляете вектор, на мой взгляд. Бесполезно изменять в себе что-то во имя кого-то или проповедовать вопреки своим убеждениям и собственной жизни.

Одиночество в семье могут испытывать дети любого возраста. Чаще всего такие ситуации складываются, когда родители слишком много времени уделяют работе и домашним делам, и ребёнок оказывается предоставлен на попечение бабушек с дедушками, а порой и самому себе.

Могут чувствовать себя одиноко и дети, имеющие брата или сестру, особенно если второй ребёнок ещё совсем маленький, и всё внимание родителей оказывается обращённым именно на него.

Также недостаток внимания часто ощущают дети из неполных семей, поскольку нехватка одного из родителей накладывает свои ограничения не только на образ жизни и досуг ребёнка, но и на его самоощущение, вынуждая чувствовать себя не таким, как дети, имеющие и маму, и папу.

**Если родители всегда заняты…**

Если ребёнку не хватает внимания со стороны родителей, он начинает страдать и чувствовать себя одиноким. Особенно остро это ощущается, когда перед его глазами есть примеры семей сверстников, которые каждые выходные отправляются в совместные походы и весело проводят время. Если вы действительно настолько загружены работой, что всё свободное время ваш ребёнок оказывается предоставлен самому себе, стоит пересмотреть свои приоритеты.

Детство – это важный период, и полученные впечатления оказывают влияние на всю дальнейшую жизнь ребёнка. Именно поэтому так важно не откупаться игрушками и сладостями, и обещать своему чаду, что отпуск-то вы уж точно проведёте вместе, а находить возможность хотя бы пару часов в день проводить с ним. Ребёнку жизненно необходимо именно ваше внимание, а не подарки. Какой толк от интересной книжки, если её нельзя почитать вместе с мамой? Разве может заменить коробка самых вкусных конфет проведенное с родителями время?

Если ребёнок постоянно находится под присмотром бабушек и дедушек в то время, пока вы находитесь на работе, стоит поговорить с малышом и объяснить, почему так получается. Спокойно объясните ребёнку, ради чего вы столько работаете, и почему для вас это так важно. Расскажите своему малышу, для чего вы зарабатываете деньги и попытайтесь найти компромисс: договоритесь, что ребёнок не будет обижаться на то, что следующие выходные ему придётся провести у бабушки, но зато ещё через неделю вы обязательно отправитесь куда–нибудь всей семьёй. Главное – обещайте только то, что действительно сможете выполнить.

Возьмите за правило каждый вечер интересоваться у ребёнка, как он провёл день. Даже если вы очень заняты, не отмахивайтесь от его попытки рассказать, в какую интересную игру они сегодня играли в садике, или как интересно прошёл школьный урок по обществознанию. Времени это займёт совсем немного, зато ваше чадо не будет переживать из-за того, что ему не с кем поделиться впечатлениями.

Почаще радуйте ребёнка приятными мелочами: приготовьте его любимое блюдо, испеките вкусный торт, позвоните ему с работы во время обеденного перерыва, чтобы просто узнать, всё ли у него в порядке, или подарите без повода два билета в кино, чтобы он мог сходить на новый фильм с другом, если его возраст уже позволяет прогулки без сопровождения взрослых.
И главное – никогда не забывайте говорить ребёнку о том, что вы его любите и тоже скучаете по нему, когда вам приходится задерживаться на работе.

**Если в центре внимания другой ребёнок…**

Очень часто испытывают одиночество дети, имеющие младшего брата или сестру. Чаще всего родители больше внимания уделяют малышу, забывая при этом о том, что старшему ребёнку тоже необходима их поддержка.

Единственный способ помочь страдающему от нехватки внимания чаду – это объяснить, почему забота о малыше отнимает много сил и времени. Расскажите старшему о том времени, когда он сам был ещё совсем крошкой, как учился ходить и говорить, и как вы постоянно находились рядом с ним, помогая преодолевать первые детские трудности. Объясните, что младший брат или сестрёнка со многим ещё не умеет справляться самостоятельно, и ему требуется помощь. Включите старшего ребёнка в процесс заботы о младшем, чтобы он на себе почувствовал, как порой это трудно и перестал упрекать маму с папой в том, что ему самому они не уделяют внимания.

Никогда не сравнивайте детей! Если вы постоянно будете делать замечания старшему ребёнку, а младшего только хвалить, на фоне сильного чувства одиночества у него появится ещё и сильная обида на вас. Если вы постоянно балуете малыша новыми игрушками или одеждой, не забывайте что-нибудь купить и старшему ребёнку, чтобы он не чувствовал себя ненужным и обделённым.

**Если семья неполная…**

Если ваш ребёнок растёт в неполной семье, ему особенно остро будет не хватать внимания того родителя, которого у него нет. Мальчики чаще всего страдают из-за отсутствия отца, поскольку мама не может поиграть с ним в футбол или научить ловить рыбу. Девочки же особенно болезненно переживают отсутствие матери, так как отец совершенно не разбирается в фасонах кукольных платьев и не имеет понятия о том, чем барби отличаются от винкс. Очень сильное одиночество в такой семье может возникать у подростков, когда взрослеющие дети нуждаются в информации, но стесняются обсудить проблемы полового созревания и первой влюблённости с родителем противоположного пола. К тому же в неполных семьях единственному родителю работать обычно приходится намного больше, что тоже накладывает свой отпечаток, делая одиночество малыша ещё более ощутимым.

Если вы чувствуете, что вашему сыну или дочке не хватает внимания второго родителя, попробуйте найти человека, с которым ваш ребёнок сможет подружиться и обсудить мучающие его проблемы. Если мальчик страдает от нехватки «мужских» развлечений, взрослым другом для него может стать дедушка, дядя или старый приятель семьи. Поговорить с девочкой на «женские» темы может бабушка, тётя или ваша коллега с работы, с которой у вас установились дружеские отношения. Главное – чтобы человек, которого вы просите о помощи, имел искреннее желание проводить время с вашим ребёнком и помогать ему в преодолении трудностей.

Вне зависимости от того, с какой именно ситуацией в семье вы столкнулись, следует как можно чаще говорить ребёнку о том, что вы его очень любите и подкреплять свои слова действиями.