



АНО "Женщины за развитие"



ФОНД  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ

# Методические рекомендации для родителей

Рекомендации для родителей подростков,  
направленные на улучшение детско-родительских  
отношений и коррекцию психохимирующей семейной  
среды проживания подростков с учетом этнических  
особенностей и исламских традиций.



*Рекомендации для родителей подростков, направленные на улучшение детско-родительских отношений и коррекцию психотравмированной семейной среды проживания подростков с учетом этнических особенностей и исламских традиций.*

Рекомендации разработаны и опубликованы в рамках проекта «Счастье жить. Психосоциальная помощь подросткам и их семьям, с учетом ментальных особенностей и религиозной принадлежности с целью диагностики, терапии и коррекции психотравмированной семейной среды». Данный проект реализуется с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов.

Составитель: Шидаева Марет Ахмед-Хаджиевна – психолог Автономной некоммерческой организации социальных проектов «Женщины за развитие», член Ассоциации исламских психологов.

Ответственный редактор: Базаева Либкан Байсолтова – директор Автономной некоммерческой организации социологии социальных проектов «Женщины за развитие».

Рецензент: Гrimsolтанова Разет Эльбрусовна – кандидат психологических наук, преподаватель психологии ГБПОУ «Чеченский базовый медицинский колледж».

Методические рекомендации для родителей.

Тираж: 1000 экз.

Печать: Оперативная полиграфия и реклама «КопиЦентр»

ИП Дигаев Х.Х.

Раб. тел.: +7 928 015-61-61

**Исследования ведущих современных российских психологов указывают на нарастающий кризис семьи, который обусловлен многими причинами. В первую очередь это материальные проблемы в семьях, связанные с глобальным социально-экономическим кризисом, а также проблемы духовности. Негативные процессы происходят и в чеченских семьях: психологическое и физическое насилие в семьях, разводы, разлучение матерей с малолетними детьми, желание некоторых родителей заботиться о своих детях, суициды среди подростков, противоречие нормам ислама и глубинным чеченским аттитюдам [традициям].**

Очевидно, что в истории каждого народа были периоды, когда он был на грани потери духовного опыта предков, накопленного тысячелетиями. Но на земле нет такого народа, который не гордился бы и не хранил в глубинных уголках памяти нравственный опыт предыдущих поколений. Чеченское общество сегодня ищет выход. Очевидно, обращение к духовному и наследию наших предков будет способствовать духовному и нравственному возрождению чеченского народа. Основой великого наследия является кодекс чести «Нохчалла», в котором отразился духовный и культурный опыт народа, социальные, политические, экономические особенности его исторического существования.

Несмотря на то, что чеченский кодекс «Нохчалла» сложился задолго до принятия чеченцами религии Ислам, он не входит в противоречие с нормами Ислама, которые изложены в Священной книге «Коран», где главной целью и смыслом жизни человека является целеустремленность в построении благочестивой религиозной общины (Уммы); когда общинные интересы носили приоритетный характер и уберегали отдельную личность от деградации или гибели.

Гармоничное сочетание и использование как достижений современной психологии и методик воспитания ребенка с использованием духовного и культурного наследия чеченского народа может стать уникальным инструментом влияния на формирование новой культуры детско-родительских отношений.

## **Уважаемые родители!**

**Предлагаем вашему вниманию методические рекомендации, в которых освещены вопросы коррекции психотравмирующей среды проживания подростков, с учетом особенностей чеченского воспитания и исламских традиций. Семья, являясь частью общества, включена в процессы, происходящие в нем: политические, социально-экономические, экологические, психологические, экологические, неотъемлемой частью жизни, негативно влияют на климат внутри семьи, на взаимоотношения между членами семьи. Очень часто родители позволяют себе выплеснуть негативные эмоции на самого незащищенного члена семьи - на ребенка. Это далеко не лучшим образом оказывается на психическом здоровье детей, подростков, установках в общении и поведении на этапе взросления.**

**Информация, размещенная в рекомендациях, поможет родителям понять своих взрослееющих детей, взглянуть на возникшие проблемы, гармонизировать отношения с близкими людьми.**

**Надеемся, что данная информация будет востребована преподавателями и психологами средних школ при планировании и осуществлении коррекционной работы с детьми, подростками, нуждающимися в родительской помощи.**

**Желаем вам успехов в достижении положительных результатов.**

**Надеемся на дальнейшее сотрудничество!**

Священном месяце Рамадан, о той благодати, которую он несет верующим. Дедушка заговорил о том, что в Рамадан у него должен родиться внук или внучка. «Пророк Мухаммад (мир ему и благословение Аллаха) сказал: «В дом, где есть девочка, каждый день с небес нисходит 12 благодатей. И этот дом непрерывно посещают ангелы. Каждый день и каждую ночь они записывают родителям этой девочки воздаяние, как за поклонение целого года», поэтому я был бы рад рождению девочки и назвал бы ее Марха»— сказал твой дедушка. («Мархи бутгут» в переводе с чеченского «месяц Рамадана»). В тот вечер и родилась ты, уже названная Мархой. Думаю, что дедушка сейчас гордился бы тобой»

## 20 простых рекомендаций, следуя которым родители смогут наладить счастливые отношениями со своими детьми

**1. Принимать ребенка без всяких условий, любить его не только за его сильные стороны, но и за слабости, просто так, за то, что он у вас есть.** Ребенку важно знать и на подсознательном уровне чувствовать: «Я пришел в этот мир желанным, меня ждали и любят вместе с моими слабостями». Безусловное принятие, эмоциональный контакт дают ребенку необходимую эмоциональную поддержку, мотивируют на позитивные изменения себя и своего поведения.

У писателя Мусы Бексултанова есть рассказ, где старик берет с собой на охоту внука. Это для мальчика было долгожданым походом. Дед разрешил ему взять винтовку и выстrelить в животное. В последний момент, когда личь была на мушке, мальчик не выстрелил, и вслупнутая косуля убежала. Мальчику стало стыдно за свою слабость, и он заплакал. Дед, наоборот, похвалил его за человечность. «Молодец, из тебя вырастет хороший человек!» — сказал старик.

**2. Ментальные и исламские традиции требуют наречения ребенка только красивым и значимым именем праведного и достойного человека, воспитывая в ребенке благой нрав с первых минут жизни.** Рассказывайте ребенку историю его имени, почему и в честь кого он назван. Это поможет успешному формированию самоидентичности - «Кто Я? Зачем пришел в этот мир?» Начните разговор так: «Дочка, я расскажу тебе историю твоего наречения. Однажды теплым мартовским вечером твой дедушка и другие старики собрались под навесом у нашего дома. Старики заговорили о наступающем завтра

**3. Родителям не следует отдавать предпочтение кому-то из детей.** Отдавать предпочтение мальчику или девочке из-за половой принадлежности несправедливо, т.к. Все вышний Аллах (свят Он и Велик) в Коране говорит, что кому захочет Он дарит девочек, а кому пожелает — мальчиков. Родители не знают, и не могут знать, кто из детей будет более благонравным, будет ему опорой. Сегодня и, девочки и мальчики имеют все возможности получить благонравное воспитание и хорошее образование, вести бизнес, зарабатывать и заботиться о членах семьи. Также несправедливо отдавать предпочтение кому-то из детей по другой причине: умный, красивый, здоровый и т.д. Несправедливое отношение может прородить в детях ревность и ненависть, которая может проплиться годами, а также заронить в сердце ребенка обиду на родителей. Об этом сказал Пророк (мир ему и благословение) в хадисе: «Бойтесь Аллаха и соблюдайте справедливость в отношении к своим детям» (Бухари, Муслим).

**4. От регулярно повторяющихся знаков любви (слов, объятий, улыбки и т. д) у ребенка формируется ощущение**

**принятия, что с ним «все в порядке».** Родители обязаны проявлять к своим детям любовь и милосердие. Это поможет сделать из ребенка нормальную и стабильную личность, и ему, когда вырастет, легче будет любить и уважать родителей и старших. Примером исламского воспитания служит пример из жизни Пророка (мир ему и благословение). Увидев, как Посланик Аллаха (мир ему и благословение) цедует своего внука, человек по имени Акра ибн Хabis счел это странным и сказал: «У меня десять детей и до сих пор я ни разу ни одного из них не целовал.» В ответ на это Пророк сказал: “Не будет любви и милосердия к тому, кто сам не проявляет сострадания”» (Бухари, Тирмизи).

очередь, сверстники, друзья. Поговорите с ним. Проявляйте уважение к его чувствам, симпатиям, к его друзьям. Для ребенка это будет проявлением внимания и заботы к нему.

- 7. Недовольство поступками и действиями ребенка не должно быть постоянным,** иначе оно будет воспринято им как неприятие его самого и спровоцирует агрессию или чувство беспомощности. Если ребенок своим поведением вызывает у вас раздражение, обиду, скажите ему об этом честно и спокойно.
- 8. Формируйте позитивное отношение ребенка к себе.** Положительное отношение ребенка к себе формируется через позитивное отношение к нему родителей. Если ребенок ощущает свою нужность, принятие, он становится психологически устойчивым к стрессам в будущем. Хвалите его, поощряйте любое позитивное действие ребенка, его добрые намерения и мечты. В исламе и в традициях воспитания детей абсолютно ясно прописан запрет на насилие над детьми. Ребенку-подростку необходимо быть принятым, он не может жить с ощущением неприятия, с плохим мнением о себе, он будет искать одобрения и признания у других, а ими могут стать не только учитель в школе или имам, но также вербовщики в преступные группы через сети интернет, бандиты и т.д.
- 9. Приучайте ребенка к определенным правилам и порядку,** они дают ему ощущение уверенности в жизни, избавляют от случайных желаний и влияний, например, приучение подростка к совершению пятикратного намаза. Помните, что отсутствие определенных правил и требований к соблюдению порядка позволяет детям устанавливать свои правила и требования, они учатся настаивать на своем, быть, вымогать, манипулировать.
- 6. Можно осуждать только отдельные действия ребенка, но не задевать его чувства, что будет воспринято им как неприятие его самого.** Особенно внимательным нужно быть с подростком. В подростковом возрасте ребенком чаще руководят эмоции и его поступки, действия часто выглядят странными, нерациональными. Помните, что для подростка наступило время становления его как личности и он нуждается в том, чтобы его принимали не только родители, а в первую

**10. Наказывайте ребенка, если он нарушает правила, нормы поведения или установленный порядок.** Оно должно следовать сразу за нарушением, тем самым подчеркивая серьезность проступка и его недопустимость. Чем раньше ребенок уяснил правила, тем лучше. Наказывать ребенка лучше, лишая хорошего – непустить гулять с друзьями, лишить сладостей или просмотра любимого сериала, и т.п.

**11. Абсолютно недопустимы физические наказания и унижения ребенка.** В ментальных этнических и религиозных традициях чеченцев в средствах и методах воспитания исключалось всякое подавление, телесное наказание, унижавшие достоинство личности ребенка. Даже грубый окрик в случае непослушания ребенка осуждался общественным мнение и воспринимался как оскорблениe и того, кто кричит, и того, на кого кричат. Особый смысл придавался обычно гуманного,уважительного отношения к личности ребенка: «Бить меньшего – значит унижать». «Битый и униженный гордым, смелым не вырастет». Наши предки понимали, какой вред может принести физическое наказание, что оно озлобляет детей, развращает родителей.

**13. Не требуйте от ребенка того, к чему он не научен.** По исламской традиции **учеба-лучший подарок родителей детям**, которая поможет им вырасти ответственными личностями, исполнять долг перед Аллахом и людьми.

**14. Посланник Аллаха (мир ему и благословение) заострил особое внимание на воспитании и обучении дочерей.** Мать является первым наставником, именно она закладывает и культивирует нравственные и этические начала у своего ребенка. Недаром говорят: «Воспитывая мальчика, воспитываешь мужчину. Воспитывая девочку, воспитываешь нацию».

**15. Детям гораздо больше, чем нам, взрослым, нужно двигаться.** Запреты на шумные подвижные игры очень скоро могут обернуться проблемами в физическом и психическом здоровье ребенка. Помните, что ценность человека в его умелых и осознанных действиях. Родителям лучше позаботиться о том, чтобы направить активность ребенка в удобное и безопасное русло.

**12. Во все времена чеченцы считали, что труд-главное в воспитании.** Уважение к труду воспитывалось с довольно раннего возраста. Это не значит, что их заставляли выполнять какую-то трудеюмую работу. Наоборот, до определенного возраста детям запрещалось поднимать тяжесть. К выполнению новых трудовых обязанностей необходимо заговоривременно подготавливать детей: говорите ему о предстоящей работе как о значимом событии в его жизни, готовьте необходимые инструменты, старайтесь вызвать у него чувство ответственности и готовности, формируя чувство ожидания, желание и интерес. Созидательный труд не только не унижает, а, наоборот, возвышает достоинство настоящего чеченца.

**16. Укрепляйте детско-родительские отношения через участие в различных совместных играх или работе.** В вашем распоряжении должно быть несколько игр или общих интересных дел, семейных традиций, которые будут создавать зону радости. Сделайте их регулярными, чтобы ребенок готовился к ним и ждал их и знал, что они наступят обязательно. Положительные примеры из истории своего народа и религии чрезвычайно важны для определения ребенком своей психосоциальной и культурной идентичности (представления человека о своем Я). Исходя из этого, достаточно много внимания нужно уделять совместному проведению времени в семье, в том числе за играми, в которых родители знакомят своих детей с чудесными историями своих

предков, рода, тайпа, даже сказочных героев, народных эпических героев. Например, очень полезна семейная игра «Родовое дерево», «Шкатулка-сокровищница», где дети будут пользоваться карточками-картинками, фотографиями героев и вовлекаться в свою историю, получать ответы на вопросы кто он и зачем пришел в этот мир. Создавайте вместе родовое дерево или ведите логотипы вашей семьи.

**17. Подросток не слушается - это протест против неправильного обращения с ним.** Общайтесь с ним больше, вероятно, ваш ребенок-подросток проходит новый сложный этап развития, который характеризуется чувством дезориентации. Он часто отрицает все правила и требования, так как они мешают ему пробовать свои силы, мешают его существованию. Он очень раним, агрессивен. Подростковый период или, так называемый, переходный из детства во взрослую жизнь, полон страхов и надежд – это очень хрупкий, но в то же время, самый ответственный и благодарный период, потому что ребенок в этот период наиболее остро чувствует заботу о себе, и ему очень важна поддержка взрослых.

**18. Знакомьте детей с вайнахским кодексом «Нохчалла»,** что в примерном переводе на русский означает «быть чеченкой/чеченцем» или «чеченственность». «Нохчалла» включает в себя свод правил этики, обычаев, традиций, принятых в чеченском обществе и является своеобразным **кодексом чести.** Так, Нохчалла - это умение строить свои отношения с людьми, ни в коей мере, не демонстрируя своего превосходства, даже будучи в привилегированном положении. Нохчалла - это особое почитание женщины и неприятие любого принуждения. Чеченец с малых лет воспитывался защитником слабых. Очень важно говорить с детьми о правилах благородного поведения. Расскажите своему ребенку поучительную притчу о чести «Вода, Ветер, Огонь и Честь».

Когда-то дружили Вода, Ветер, Огонь и Честь. Они всегда были вместе, но как-то понадобилось им на время разлучиться, чтобы заняться своими делами. И стали они договариваться, как им потом вновь найти друг друга. Вода сказала, что её можно найти там, где растет камыш. Ветер сказал, что он всегда находится там, где трепещут листья. Огонь сказал, что его можно найти по идущему вверху дыму. Лишь одна Честь стояла молча. Друзья поинтересовались: «А почему ты не скажешь нам, как вновь тебя найти?». Честь ответила: «Вы можете покидать друг друга и вновь сходиться, а мне этого не дано. Тот, кто однажды расстался со мною, расстанется и более со мной не встретится».

**19. Используйте в воспитании подростка обычай и традиции чеченцев-вайнахов.** Кодекс чеченцев «Нохчалла» требует, чтобы родители воспитывали в детях здоровое соперничество – залог важного для любого человека качества яхъ. Одна из составных частей яхъ – дух соревнования – стремление равняться по всему лучшему, что есть в обществе, в котором ты живешь. Очень важно использовать традиции уважения к старшим, почитания и бережного отношения к родителям, дружбы с родственниками, с соседями, гостеприимства.

**20. Не забывайте о влиянии собственного примера,** с родителями дети берут первые образцы поведения. Родители должны понимать свою ответственность за формирование личности ребенка и вести себя так, чтобы их поступки и поведение способствовали формированию у ребенка тех качеств и такого понимания человеческих ценностей, которые они хотят ему передать.



**Помните, что процесс воспитания должен быть осознанным, тогда он позволяет воспитывать детей в наиболее благоприятных условиях, способствующих их всестороннему и гармоничному развитию.**

АНО «Женщина за развитие»  
г. Грозный, ул. И.И. Бисултанова, 103 А.  
Тел.: +7 928 789 96 61  
E-mail: bazaeva@mail.ru  
[www.womenfd.com](http://www.womenfd.com)