

Огромное значение для развития детей имеет полноценное общение взрослого и ребенка, стиль такого общения.

Каковы же способы правильного общения с детьми, оказания им психологической поддержки, создания в семье и образовательном учреждении благоприятного психологического климата?

Правильные взаимоотношения между детьми и взрослыми - важнейший фактор благополучного развития ребенка. При нарушении этих взаимоотношений ребенок испытывает разочарование и склонен к различным проступкам.

Какие же взаимоотношения можно считать правильными?

Это те, в которых взрослый:

- сосредоточивается на позитивных сторонах и преимуществах ребенка с целью укрепления его самооценки;
- помогает ребенку поверить в себя и свои способности;
- помогает ребенку избежать ошибок;
- поддерживает ребенка при неудачах.

Чтобы научиться поддерживать ребенка, необходимо изменить привычный стиль общения с ним и следовать **Правилу №1:**

Вместо того чтобы обращать внимание прежде всего на ошибки и плохое поведение ребенка сосредоточьтесь на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что ребенок делает

Поддерживать ребенка - значит верить в него. Словесно и действиями родители сообщают ребенку, что верят в его силы и способности. Ребенок нуждается в поддерж-

ке не только тогда, когда ему плохо, но и тогда, когда ему хорошо.

! Для того чтобы поддержать ребенка, родители сами должны испытывать уверенность; они не смогут оказывать поддержку ребенку до тех пор, пока не научатся принимать себя и не достигнут самоуважения и уверенности.

Взрослый непреднамеренно может обидеть ребенка, сказав ему, например: *«Ты мог бы и не пачкаться!»*, *«Ты мог бы быть и поосторожнее!»*, *«Посмотри, как твой брат хорошо сделал это!»*, *«Ты должен был смотреть, когда это делал я!»* Как правило, негативные замечания родителей не имеют действия. Упреки типа «Ты мог бы сделать это лучше» приводят ребенка к выводу: *«Какой смысл стараться? Все равно я ничего не могу. Я никогда не смогу удовлетворить их. Я сдаюсь».*

Нормальному развитию ребенка иногда препятствуют такие семейные взаимоотношения как: ▫ завышенные требования родителей, ▫ соперничество братьев и сестер, ▫ чрезмерные амбиции ребенка.

Завышенные требования родителей к ребенку сделают успех труднодостижимым. Например, если родители прежде ожидали, что ребенок будет в дошкольном возрасте «самым способным», то они ожидают от него того же и в школе;

Родители могут непреднамеренно **противопоставлять детей в семье друг другу**, сравнивая блестящие успехи одного с бледными достижениями другого. Такое

соперничество может привести к сильным переживаниям ребенка и разрушить хорошие взаимоотношения.

На поведение ребенка влияют **чрезмерные амбиции**, «вращенные» в семье. Это проявляется, например, в тех случаях, когда ребенок, плохо играя в какую-то игру, отказывается принимать в ней участие. Часто ребенок, не могущий выделиться посредством чего-то позитивного, начинает вести себя вызывающе негативно.

Как поддерживать ребенка?

Подлинная поддержка взрослыми ребенка должна основываться на подчеркивании его способностей, возможностей его положительных сторон. Случается, что поведение ребенка не нравится взрослому. Именно в такие моменты он должен предельно четко показать ребенку, что *«хотя я и не одобряю твоего поведения, я по-прежнему уважаю тебя как личность».*

Для того чтобы оказать ребенку психологическую поддержку, взрослый должен пользоваться теми словами, которые работают на развитие положительной самооценки и чувства адекватности ребенка.

В течение дня взрослые имеют немало возможностей для создания у ребенка чувства собственной полезности и адекватности:

1. Родители могут продемонстрировать ребенку удовлетворение от его достижений или усилий.

2. Родители помогают ребенку научиться справляться с различными задачами. Этого можно достичь, создав у ребенка установку:

«Ты можешь это сделать».

Даже если ребенок не вполне успешно справляется с чем-то, взрослый должен дать ему понять, что его чувства по отношению к ребенку не изменились.

Полезными могут оказаться следующие высказывания:

♦ *Мне было очень приятно наблюдать за происходящим!*

♦ *Даже если что-то произошло не так, как тебе хотелось, для тебя это было хорошим уроком.*

♦ *Все мы люди, и все мы совершаем ошибки. В конце концов, исправляя свои ошибки, ты тоже учишься.*

Таким образом, взрослый будет помогать ребенку в достижении уверенности в себе. По выражению одного из родителей, это подобно прививке ребенку от неудачи и несчастья.

Главную роль в развитии уверенности ребенка в себе играет вера в него родителей и педагогов.

! Родитель должен показать ребенку, что он является важным членом семьи и значит для нее больше, чем все связанные с ним проблемы.

Взрослые часто сосредоточены на прошлых неудачах и используют их против ребенка.

Например: *«Когда у тебя была собака, ты забывала кормить ее, когда ты занималась музыкой, ты бросила уроки через 4 недели, так что я не думаю, что тебе имеет смысл теперь заняться танцами».* Такой акцент на прошлом может породить у

ребенка ощущение преследования. Ребенок может решить: *«Нет никакой возможности изменить мою репутацию, так что пусть меня считают плохим».*

Итак, для того чтобы **поддержать ребенка, необходимо:**

1. Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
2. Избегать подчеркивания его промахов.
3. Показывать, что вы удовлетворены ребенком.
4. Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.
5. Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, с которыми он может справиться.
6. Проводить больше времени с ребенком.
7. Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.
8. Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
9. Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
10. Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
11. Принимать индивидуальность ребенка.
12. Проявлять веру в ребенка, сопереживать ему.
13. Демонстрировать оптимизм.

Г. Чита

ул. Ленина, 27а

тел. 41-11-91

semya2003@list.ru

8914-438-90-50

Наш сайт: www.centr-semya.ru



Государственное учреждение
«Забайкальский краевой Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Семья»

Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»

**Как оказать
психологическую
поддержку ребенку
(рекомендации для
родителей)**

Чита
2019