



Консультации психолога - Взаимоотношения родителей с детьми

Психологическая поддержка ребенка

Каждому из нас нужно такое место, где можно не притворяться, где спокойно и комфортно, где можно отдохнуть и расслабиться. Такое место — семья, дом. Как сделать, чтобы в доме так было всегда?

Разговаривайте с ребенком, придерживаясь следующих правил.

- Перестаньте негативно оценивать ребенка: «Как ты ходишь? Что за неряха?!». Помогите ребенку думать о себе хорошо: «Умница, красавица, вежливая, добрая...», «Какой сообразительный!».

- Не лишайте ребенка надежды: «Из тебя не получится ничего хорошего». Станьте оптимистичными в отношении ребенка: «Ты достигнешь многого в жизни. Я верю в тебя, в твои способности».

Авторитарный, командный тон лишает ребенка желания что-либо делать: «Убери! Быстро! Кому сказал! Ну-ка!..».

Разрешите ребенку где-то покапризничать, разрешите работать вместе с вами.

- Говорите уверенным тоном, но также ласково, доброжелательно: «Помоги мне. Я без тебя не справлюсь. Ты моя опора и помощник».

Не стоит говорить: «Если будешь слушаться, то куплю... Дам конфету». Дарите ребенку свою любовь искренне и «даром»:

«Какой ты у меня сообразительный, вот как хорошо можешь делать!».

советуем

- Не диктуйте ребенку, как себя чувствовать: «Нечего реветь. Ничего страшного не случилось. Что ты злишься? Было бы из-за чего?!». Просто скажите: «Мы понимаем тебя».

- Не угрожайте ребенку наказанием, но дайте ему понять, что он всегда может рассчитывать на вашу помощь и поддержку.

- Не сравнивайте своего ребенка с другими: «Ну что за друзья у тебя, такие как и ты! Неужели не можешь быть таким, как другие дети?...».

Говорите ребенку, что он имеет право быть другим, непохожим: «Как у тебя это замечательно получается. Эту вещь ты оригинально сделал!».

- Акцентируйте внимание на сильных сторонах ребенка.

Говорите о том, что он замечательно поет, что он прекрасный друг, отлично заботится о своей собаке. Ваша похвала должна быть как можно более конкретной, чтобы ребенок знал: вы хвалите его не для отвода глаз, а потому что его поступки достойны похвалы.

- Расскажите о собственных детских проигрышах и разочарованиях, пусть ребенок знает, что неприятности бывают у всех. Главное — с честью и достоинством из них выходить.

- Каждый вечер перед сном говорите своему ребенку:

«Я тебя люблю, ты у меня единственный и самый-самый!». Говорите это независимо от того, как вел себя ребенок днем, какие неприятности вам доставил.

- Хвалите ребенка не за победу в соревнованиях, а за то, что он старается, умеет собраться в ответственный момент. Отмечайте не только результат, но и сам процесс.

Ребенок может стать зависимым от похвалы: ждать, искать ее. В своей книге «Общаться с ребенком. Как?» Ю. Б. Гиппенрейтер пишет, как реагировать на успехи или правильное поведение ребенка: лучше просто выразить ему свои чувства, вместо «Какой ты у меня молодец!» лучше сказать «Я очень рада за тебя!»; вместо «Ты выступил лучше всех!» — «Мне очень понравилось!».