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 поддерж­ке 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**, «взращенные» 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. Опираться 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](http://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