

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?

Не все в жизни у нас получается так, как хотелось бы. В минуты неудач нам хочется, чтобы близкие люди поняли нас, поддержали. Так почему же ошибки и промахи ребенка вызывают у нас досаду и раздражение, почему мы первым делом торопимся отругать и наказать его, считая, что делаем это для его же блага? Убережет ли это его от неудач, научит ли противостоять жизненным трудностям?

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».

Как взрослому показать свою веру в ребенка?

- Забыть о прошлых неудачах ребенка.
- Помочь ребенку обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей.
- Позволить ребенку начать «с нуля», опираясь на то, что взрослые верят в него, в его способность достичь успеха.
- Помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.

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.

Слова и фразы «поддержки»:

Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо.

Ты делаешь это очень хорошо.

У тебя есть некоторые соображения по этому поводу. Готов ли ты начать?

Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему.

Слова и фразы «разрушения»:

Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше.

Ты мог бы сделать это намного лучше.

Эта идея никогда не сможет быть реализована.

Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.

Поддерживать можно посредством:

- **отдельных слов** («красиво», «аккуратно», «прекрасно», «здорово», «вперед», «продолжай»);
- **высказываний** («Я горжусь тобой», «Мне нравится, как ты работаешь», «Это действительно прогресс», «Я рад твоей помощи», «Спасибо», «Все идет прекрасно»,
- **прикосновений** (потрепать по плечу; дотронуться до руки; мягко поднять подбородок ребенка; приблизить свое лицо к его лицу; обнять его);
- **совместных действий**, физического соучастия (сидеть, стоять рядом с ребенком; мягко вести его; играть с ним; слушать его; есть вместе с ним);
- **выражения лица** (улыбка, подмигивание, кивок, смех).

Как оказать психологическую поддержку ребенку

Общие правила эффективного общения взрослого и ребенка

1. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Для того чтобы воздействовать на ребенка, вы должны научиться сдерживать свой критицизм и видеть позитивную сторону общения с ребенком. Тон, которым вы обращаетесь к ребенку, должен демонстрировать уважение к нему как к личности.

2. Будьте одновременно тверды и добры. Выбрав способ действия, вы не должны колебаться. Будьте дружелюбными и не выступайте в роли судьи.

3. Снизьте контроль. Избыточный контроль над детьми обычно требует особого внимания взрослых и редко приводит к успеху. Более эффективным оказывается спокойное, отражающее реальность планирование способа действия.

4. Поддерживайте ребенка. Взрослый может поддержать ребенка, признавая его усилия и вклад, равно как и достижения, а также демонстрируя, что понимает его переживания, когда дела идут не очень хорошо. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда ребенок не достигает успеха.

5. Имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения. Если какой-то подход окажется неудачным, не нужно отчаиваться, следует остановиться и проанализировать переживания и поступки как ребенка, так и свои. В результате в следующий раз взрослый будет лучше знать, как поступить в подобной ситуации.

6. Демонстрируйте взаимное уважение. Педагоги и родители должны демонстрировать доверие к ребенку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.

Общие правила эффективного общения взрослого и ребенка

1. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Для того чтобы воздействовать на ребенка, вы должны научиться сдерживать свой критицизм и видеть позитивную сторону общения с ребенком. Тон, которым вы обращаетесь к ребенку, должен демонстрировать уважение к нему как к личности.

2. Будьте одновременно тверды и добры. Выбрав способ действия, вы не должны колебаться. Будьте дружелюбными и не выступайте в роли судьи.

3. Снизьте контроль. Избыточный контроль над детьми обычно требует особого внимания взрослых и редко приводит к успеху. Более эффективным оказывается спокойное, отражающее реальность планирование способа действия.

4. Поддерживайте ребенка. Взрослый может поддержать ребенка, признавая его усилия и вклад, равно как и достижения, а также демонстрируя, что понимает его переживания, когда дела идут не очень хорошо. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда ребенок не достигает успеха.

5. Имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения. Если какой-то подход окажется неудачным, не нужно отчаиваться, следует остановиться и проанализировать переживания и поступки как ребенка, так и свои. В результате в следующий раз взрослый будет лучше знать, как поступить в подобной ситуации.

6. Демонстрируйте взаимное уважение. Педагоги и родители должны демонстрировать доверие к ребенку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.