

Общаемся и взаимодействуем с ребёнком

Лавриненко Т.В., педагог – психолог
МБДОУ д/с № 1

- **Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит о помощи.** Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!»
- **Если ребенку действительно трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.** (Очень хорошо начать со слов «давай вместе»). Эти волшебные слова открывают ребенку дверь в область новых умений, знаний и увлечений.) При этом: возьмите на себя только то, чего он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому. По мере освоения ребенком новых действий, постепенно передавайте их ему.
- **Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.** Пусть вас не пугают слова «снять заботу». Речь идет о снятии мелочной заботы, затянувшейся опеки, которая мешает вашему сыну или дочери взрослеть. Передача им ответственности за свои дела, поступки – самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к ним. Эта забота мудрая. Она делает ребенка сильным и уверенным, а ваши отношения – более спокойными и радостными.
- **Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия).** Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным». Как это ни парадоксально звучит, но ваш ребенок нуждается в отрицательном опыте, конечно, если тот не угрожает его жизни или здоровью.
- **Если у ребенка эмоциональная проблема, будет правильно его активно выслушать!** («Как слушать ребенка» - см. ниже)
- Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом. Правило говорит о том, что чувства, особенно если они отрицательные и сильные, ни в коем случае не стоит держать в себе: не следует молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении. Обмануть такими усилиями вы никого не сможете: ни себя, ни своего ребенка, который без труда "читает" по вашей позе, жестам, интонации, выражению лица или глаз, что что-то не так. Ведь именно через эти "несловесные" сигналы передается более 90% информации о нашем внутреннем состоянии. И контролировать их очень трудно. Через некоторое время чувство, как правило, "прорывается" и выливается в резкие слова или действия. Как

же сказать о своих чувствах ребенку, чтобы это не было разрушительно ни для него, ни для вас?

- **Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА.** Сообщите О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении. Попробуем сконструировать ответы родителей, применяя это правило. Они могут быть такими: 1. Я не люблю, когда дети ходят растрепанными, и мне стыдно от взглядов соседей. 2. Мне трудно собираться на работу, когда под ногами кто-то ползает, и я все время спотыкаюсь. 3. Меня очень утомляет громкая музыка. Заметьте, все эти предложения содержат личные местоимения я, мне, меня. Поэтому высказывания такого рода психологи назвали "Я-сообщениями"
- **Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого.** Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.
- **Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.** Как видите, это правило похоже на предыдущее. Идея такова: бесполезно требовать от ребенка невозможного или очень трудного, к чему он еще не готов. Лучше изменить что-то вне его, в данном случае - свои ожидания.
- **Если поведение ребенка вызывает у вас «отрицательные» чувства и переживания,** просто сообщите ему об этом.
- **Максимально удаляйте из своего общения с ребенком некоторые привычные или автоматические реакции:** приказы, команды, угрозы, предупреждения, мораль, нравоучения и др..
- Не присваивайте себе эмоциональных проблем ребенка.
- **Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.** Их не должно быть слишком много, они должны быть гибкими. Правила должны быть согласованы взрослыми между собой.
- **Наказывать ребенка лучше лишая его хорошего, чем делая ему плохое.** Следует применять санкции, а не наказание.
- Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружелюбно – разъяснительным, чем повелительным.

Любите своего ребёнка!