

Рекомендации психолога для родителей «Общаться с ребенком. Как?»

1. Безусловное принятие

Первое правило общения родителя с ребенком — принятие его таким, какой он есть, без условий и требований. Ребенок должен жить с ощущением, что он в любом случае любимый, желанный, ценный и дорогой, даже если он поступил неправильно.

2. Недовольство

При этом выражать недовольство можно и нужно — но не самим ребенком, а конкретными его действиями. Не «ты плохой», а «ты поступил плохо», а еще лучше «мне плохо от того, как ты поступил».

3. Активное слушание

Пожалуй, главная техника, которой родителям следует научиться — это активное слушание в сложных ситуациях: когда ребенку грустно, трудно или плохо. Цель техники — дать ребенку понять, что в трудную минуту его слышат, к его проблеме неравнодушны, его понимают.

Чтобы активно слушать, нужно «возвращать» ребенку то, что он говорит, обозначая при этом чувства ребенка:

- Я не хочу делать уроки!
- Тебе неприятно заниматься русским языком
- Нет, просто там очень много!
- Ты боишься не успеть до завтра

4. Разрешение конфликтов

Конфликты — это нормально. Они бывают даже в самых дружных семьях. Хорошее разрешение конфликта — когда обе стороны получают то, чего они на самом деле хотели.

5. Передача ответственности

Передача детям ответственности за свои дела – самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к детям.

В основе родительского инстинкта лежит любовь. Когда отношения с ребёнком наполнены нежностью и любовью, между ним и родителями возникает глубокая интимная связь, которую трудно понять другим людям.

В воспитании не должно быть места страху. Когда ребёнок начинает открывать для себя окружающий мир и взаимодействовать с окружающими, делает первые шаги и произносит первые слова, ему необходимо чувствовать себя в безопасности.

Он нуждается в наших заботливых руках, которые в любой момент способны оказать помощь. Ребёнку требуется наша поддержка, когда он познает окружающий мир, исследует, делает открытия, играет или развлекается.

Жизнь ребёнка и игра – неделимы. При помощи игры он интерпретирует окружающую его реальность. Это ключ к пониманию жизни. Поэтому лучше, как можно чаще играть с ребёнком.

Игрушки, книги, цветы, игры на улице, бег, выпачканные в глине и земле руки – всё это помогает ребёнку мечтать, в этом он черпает вдохновение.

Чем больше жизненного опыта он получает, чем больше он разговаривает с окружающими, тем больше идей возникает у ребёнка. Порой родители препятствуют ему в этом, призывая находится в тишине, сидеть спокойно.

Когда так происходит, жизнь ребёнка наполняется страхами, он перестаёт чувствовать себя нужным и важным. Не совершай подобной ошибки. Помни, что лучший подарок, который ты можешь сделать своему ребёнку, называется «время».

Любви, здоровья, счастья, взаимопонимания в ваших семьях!