

Я и мой ребенок поиски взаимопонимания.

Поддержка как стратегия конструктивного взаимодействия с детьми.

Цель: создание эмоционального настроения на совместную работу, атмосферы взаимного доверия; выбор поддержки как стратегии поведения, формирующей у ребенка уважение к себе.

Теоретическая часть

Психологический смысл поддержки другого человека состоит в том, чтобы, общаясь с ним, давать ему понять, что вы видите в нем позитивные стороны его личности, на которые он может опереться при ошибках и неудачах. Овладеть навыком поддержки - это научиться видеть сильные стороны личности ребенка и говорить ему об этом. Чтобы освоить навык поддержки, родители должны знать о таком принципе общения - безусловном принятии ребенка. Это значит любить его не за то, что он красивый, умный, отличник, помощник, а просто так, просто за то, что он есть!

Задание

Закройте на минуту глаза и представьте, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете ему, что рады, что он вам дорог, близок? Теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он приходит из школы и вы показываете, что рады его видеть.

Представили? В чем разница? Всегда ли мы показываем нашим детям свои чувства? Мы поможем нашим детям общаться с нами, если наше отношение к ним будет включать:

принятие;

внимание;

признание (уважение);

одобрение;

теплые чувства.

Моделируя свое отношение к детям в соответствии с указанными принципами, мы научим их устанавливать добрые отношения с ровесниками и другими людьми. Признание очень нужно человеку. Покажите своему ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы имеете в виду, но не говорите. Используйте принцип «здесь и сейчас»: признание должно выражаться в настоящем времени и описывать события настоящего момента. Примеры ошибочных высказываний: «Так почему ты раньше так не убирал в своей комнате?» или: «Я надеюсь, ты теперь всегда будешь так же убирать, как сегодня!» Особенно хотелось бы сказать о роли теплой эмоциональной атмосферы в вашем доме. Ее главное условие дружелюбный тон общения. Кроме того, нужно иметь запас больших и маленьких праздников. Придумайте несколько занятий, семейных дел, традиций, которые будут создавать атмосферу радости. Сделайте некоторые из этих занятий или дел регулярными, чтобы ребенок ждал их и знал, что они обязательно наступят, если он не сделает что то плохого. Отменяйте их только в том случае, если он ощутимо нарушит дисциплину, и вы на самом деле расстроены. Однако не угрожайте отменой радостных дел по мелочам.

Зона радости — это «золотой фонд» вашей жизни с ребенком. Возможно, у вас уже давно существует эта зона радости, есть какие-то традиции, негласные правила.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Для поддержания у ребенка нормальной самооценки важно:

- безусловно принимать его;
- активно слушать его;
- бывать (читать, играть, заниматься) вместе;
- не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется;
- помогать, когда просит;
- поддерживать;
- делиться своими чувствами (доверять);
- конструктивно разрешать конфликты;
- использовать в повседневном общении приветливые фразы, например: «Мне хорошо с тобой», «Я рада тебя видеть», «Мне нравится, как ты...», «Хорошо, что ты пришел», «Давай посидим (что-то сделаем) вместе», «Как хорошо, что ты у нас есть»;
- обнимать не менее четырех, а лучше восемь раз в день