



Бюджетное учреждение Орловской области для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
«Орловский региональный центр психолого-
педагогической, медицинской и социальной помощи»
(БУ ОО «ППМС-центр»)

Секреты успешного взаимодействия с ребёнком

Информация для родителей



2019 г.

Ты хорош(а) уже тем, что живёшь на свете; такого (такой), как ты, не было, нет и не будет; ты – капля росы, успевающая отразить солнце, и это чудо, ты – чудо!.. Завтра, может быть, это откроет избранник, избранница, но шансов не так уж много, откроет ли? ... А сегодня, сейчас – кто, если не ты, родитель?..

ПРАВИЛА ЭФФЕКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ

Правило 1. Слушая ребёнка, дайте ему понять и почувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием, о котором он вам рассказывает. Для этого выслушайте ребёнка, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Вы «убьёте» сразу трёх «зайцев»:

- ребёнок убедится, что вы его слышите;
- ребёнок сможет услышать самого себя как бы со стороны и лучше осознать свои чувства;
- ребёнок убедится, что вы его поняли правильно.

Правило 2. Слушая ребёнка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют нас, что у них всё в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимика не совпадают, всегда отдавайте предпочтение мимике, выражению лица, позе, жестам, тону голоса.

Правило 3. Поддерживайте и подбадривайте ребёнка без слов. Улыбнитесь, обнимите, потрепите по плечу, кивайте головой, смотрите в глаза, возьмите за руку.

Правило 4. Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребёнка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым. У вас может не быть готовых ответов на все вопросы.

Правило 5. Поощряя ребёнка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом...»

ВОСЕМЬ «НЕТ» ДЛЯ МАМЫ С ПАПОЙ

НЕ запугивайте, не угрожайте ребёнку – полученное таким способом послушание подрывает веру ребёнка в себя и в вашу любовь.

НЕ прибегайте к насилию – насилие всегда воспроизводится.

НЕ провоцируйте, не шантажируйте, не подкупайте ребёнка – вы даёте тем самым наглядный урок манипулирования людьми и чувствами.

НЕ оценивайте, не сравнивайте ребёнка с другими – принимайте его таким, какой он есть.

НЕ сдерживайте своих чувств – старайтесь следовать при этом принципу «здесь и теперь»: чувства, выраженные *post factum* или авансом, редко оказываются подлинным.

НЕ замалчивайте проблемы и конфликты – высказывайтесь сами и непременно выслушивайте детей.

НЕ приносите жертв – ребёнку не может быть хорошо, если плохо вам.

НЕ отвергайте ребёнка, как бы тяжело он ни провинился.

УРОКИ ЛЮБВИ «ЛИЛОВЫЕ ЧЕРНИЛА»

- Как бы я хотел сказать: «Я люблю своих детей всегда, независимо ни от чего, даже от их плохого поведения!». Но, увы, я не могу сказать это искренне, положив руку на сердце. И все же я должен стремиться к прекрасной цели – безусловной любви, при этом постоянно напоминая себе о том, что:
- **Это обычные дети;**
- Они ведут себя как обычные дети;
- В ребячьих выходках есть немало неприятного и даже противного;
- **Если я буду стараться, как следует выполнять свою роль родителя и любить детей, не смотря на их шалости и проделки, они будут стараться взрослеть и отказываться от своих плохих привычек;**
- **Если же я люблю их только тогда, когда они послушны и радуют меня своим поведением (обусловленная), если я выражаю свою любовь к ним только в хорошие (увы, редкие) моменты, они не будут чувствовать, что их всегда и искренне любят. Это, в свою очередь, сделает их неуверенными, нарушит их самооценку, пошатнет веру в себя и, действительно, может помешать им развиваться в лучшую сторону, чтобы укрепить самоконтроль и проявить себя более зрелым. Следовательно, я отвечаю за поведение своих детей и их наилучшее развитие не меньше (если не больше!), чем они сами;**
- **Если я люблю своих детей безусловной любовью, они будут себя уважать и у них появится чувство внутреннего умиротворения и равновесия, что позволит им контролировать свою тревожность, соответственно, поведение по мере того как они взрослеют;**
- **Если я люблю их только тогда, когда они выполняют мои требования и соответствуют моим ожиданиям, они будут чувствовать свою неполноценность. Дети будут считать, что бесполезно стараться, потому что этим родителям (учителям и т. д.) никогда не угодишь. Их будут преследовать неуверенность, тревожность и низкая самооценка. Постоянно будут возникать помехи в эмоциональном и поведенческом развитии;**
- **Ради самого себя (как страдающего за своих детей родителя) и ради блага своих сыновей и дочерей я изо всех сил должен стараться, чтобы моя любовь была как можно ближе к безусловной и безоговорочной. Ведь будущее моих детей основано на этом фундаменте.**

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ОТ РЕБЕНКА

1. Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.

2. Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет определить мне свое место.

3. Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. С большей готовностью я откликнусь на ваши инициативы.

4. Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться оставить последнее слово за собой в каждом случае.

5. Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить, это поколеблет мою веру в вас.

6. Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только для того, чтобы просто расстроить вас. Другими словами, я пытаюсь достичь, таким образом, еще больших «побед».

7. Не расстраивайтесь слишком сильно когда я говорю «Я вас не навиху!». Я не имею это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.

8. Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь, став «плаксой» и «нытиком».

9. Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.

10. Не позволяйте моим «дурным» привычкам привлекать ко мне чрезмерную долю вашего внимания. Это только вдохновит меня использовать их в дальнейшем.

11. Не поправляйте меня в присутствии посторонних лиц. Я обращаю гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.

12. Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с вами становится минимальным. Будет нормально, если вы предпримете определенные шаги, но давайте поговорим об этом несколько позже.

13. Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как я великолепно знаю, что такое «хорошо» и что такое «плохо».

14. Не заставляйте меня чувствовать, что мои проступки - смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.

15. Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.

16. Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.

17. Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.

18. Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Так я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смирись с этим.

19. Не защищайте меня от последствий моих ошибок. Я учусь на собственном опыте.

20. Не проецируйте и не перекладывайте ваши проблемы на меня: у меня своих — невпроворот.

21. Не требуйте от меня большего, чем я могу. Иначе я начинаю ощущать, что ваша любовь зависит всецело от моих достижений: если получил хорошую отметку, то мы тебя любим, а если плохую — отвергаем. Не торгуйте святым чувством.

22. Давайте мне простор для выбора, создавайте условия для того, чтобы я имел свободу выбора и выбирал самостоятельно.

23. Не делайте меня ответственным за все: я отвечаю лишь за свои поступки.

24. В конце концов, любите меня таким, каков я есть. Я отвечу вам тем же.



ТЕСТ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ «КАКОЙ ВЫ РОДИТЕЛЬ?»

Отметьте те фразы, которые Вы наиболее часто употребляете в общении с детьми.

- | | |
|--|---|
| 1. Сколько раз тебе повторять? | 2 |
| 2. Посоветуйте мне, пожалуйста? | 0 |
| 3. Не знаю, что бы я без тебя делал(а)? | 1 |
| 4. В кого ты только уродился(ась)? | 2 |
| 5. Какие у тебя замечательные друзья? | 1 |
| 6. Ну на кого ты похож(а)? | 2 |
| 7. А я в твоё время... | 2 |
| 8. Ты моя опора и помощник(ца). | 1 |
| 9. Ну что за друзья у тебя! | 2 |
| 10. О чём ты только думаешь? | 2 |
| 11. Какая ты у меня умница! | 1 |
| 12. А ты как считаешь, сын (дочка)? | 1 |
| 13. У всех дети как дети, а ты? | 0 |
| 14. Какой(ая) ты у меня сообразительный(ая)? | 1 |

Сопоставьте сумму баллов со следующими показателями:

7 – 8 баллов. Вы живёте с ребёнком душа в душу. Он искренне любит и уважает Вас. Ваши отношения способствуют становлению личности.

9 – 10 баллов. Вы непоследовательны в общении с ребёнком. Он уважает Вас, хотя не всегда с Вами откровенен. Его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств.

11 – 12 баллов. Вам необходимо быть внимательнее к ребёнку. Вы пользуетесь у него авторитетом, но никакой авторитет не заменит любви. Развитие Вашего ребёнка в большей степени зависит от случая, чем от Вас.

13 -14 баллов. Вы сами чувствуете, что идёте по неверному пути, между Вами и ребёнком существует недоверие. Старайтесь уделять ему больше внимания, прислушивайтесь к его словам.

