

КАК УСТАНОВИТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КОНТАКТ С РЕБЕНКОМ

Каждый родитель, безусловно любит своего ребенка, но не каждый ребенок это чувствует.....

Попробуйте сказать какой-нибудь матери, что она не любит своего сына или дочь. Возмущение ее будет искренним. Но одно дело – чувства **испытывать**, а другое – их **выражать**. Как ни странно, это искусство дано не каждому. Правда, любой родитель может возразить: «Неужели я не сумею объяснить ребенку, что я чувствую?» Но ведь дети воспринимают не только слова, но и то, как это говорится: интонацию, выражение лица, взгляд, улыбку, прикосновения. Всеми этими «несловесными» средствами заботливые, любящие родители могут передать ребенку примерно такую информацию: «Как хорошо, что ты – это ты. Хорошо, что ты пытаешься сам преодолеть трудности. Хорошо, что ты умеешь чувствовать, быть открытым с людьми. Я верю, что ты добьешься всего!»

Конечно, каждый родитель может выразить это по-своему. Но каждому необходимо поддерживать у ребенка **уверенность в себе**. Для этого нужно быть готовым и терпеливо относиться к тому, что дети ошибаются. Не поддавайтесь искушению сравнивать дочь или сына с другими детьми, у которых, на ваш взгляд, больше достоинств. Ваш ребенок должен чувствовать, что он неповторим и что вы его любите таким, какой он есть.

Представим себе несколько **ситуаций**, в которых может оказаться ребенок. Девятилетняя дочь показывает папе классную работу по математике: «Видишь! Пятерка!» Папина реакция может быть разной. Вот несколько вариантов:

Вариант 1. «Получила пятерку? Тебе кто-нибудь помог?» Между тем, очень тонко улавливающий смысл сказанного, ребенок понимает эту фразу так: «Я знаю, что у тебя мало способностей. Я не верю, что ты в состоянии сама соображать. Думаю, что все твои усилия напрасны, а успехи случайны».

Вариант 2. «Спорим, что ты гордишься собой». В понимании ребенка фраза, скорее всего, звучит так: «Я знаю, что ты лентяйка. Я не верю, что ты способна к добросовестной работе».

Вариант 3. «Теперь я тобой доволен». Эта реплика может быть истолкована ребенком по-разному:

- а) «Ты - хвастунишка. Победа твоя не так велика, что бы ею гордиться»;
- б) «Ты гордишься своими достижениями и имеешь на это право».
- в) «Я одобряю твое поведение и поддерживаю тебя»;
- г) «Ты учишься ради меня. И я доволен тем, как ты это делаешь».

Вариант 4. «Молодец! Я рад за тебя». В интерпретации ребенка: «Я считаю, что тебе есть чему радоваться, и разделяю эту радость».

А вот еще одна *ситуация*. На ее примере можно увидеть, как в реакциях родителей на поступки детей отражаются их собственные, родительские проблемы.

Восьмилетний сын приходит домой с исцарапанным лицом, в порванной рубашке. Он объясняет маме, что подрался во дворе. Мама может встретить мальчика по-разному:

1. Тебя побили? Что же ты не дал сдачи?
2. Опять ввязался в драку! Весь в отца!
3. Кто тебя побил? Я пойду к его родителям!
4. Опять подрался? Вот подожди отец придет!
5. Умойся. Садись за стол. Потом расскажешь, что случилось.

Не смотря на то, что внешне все реплики выглядят так, будто вызваны стремлением защитить интересы ребенка, на самом деле в них легко просматриваются *личные проблемы* взрослого человека. В первом случае – ущемленное чувство собственного достоинства. Во втором – неприязненное отношение к мужу, перенесенное на ребенка. В третьем – это повторение причины первого. Четвертый вариант говорит о слабости, неуверенности в себе матери, об ощущении ею собственного бессилия, неспособности повлиять на ребенка. Пятый... Предлагаю вам самим определить, что именно импонирует в матери, которая таким образом реагирует на неприятности ребенка. Все эти нюансы, оттенки, которые чувствует ребенок в вашем отношении к нему, чрезвычайно для него серьезны.

Каковы же общие принципы во взаимоотношениях родителей с детьми?

- Попробуйте сначала разобраться в поведении ребенка, внимательно его выслушайте, а потом уже действуйте. Ваше первое впечатление о том, что реально происходит с ребенком, а значит, и ваша реакция могут быть не верными
- Реагируйте не на все проявления сына или дочери, которые вам не нравятся. В противном случае вы можете добиться лишь того, что закрепите нежелательное поведение ребенка. Если же при этом вы обращаете на него мало внимания в другие моменты (когда он себя хорошо ведет, например), то ребенок получает информацию: «Хочешь, чтобы взрослые обращали на тебя внимание - раздражай их».
- Не копите недовольство ребенком. Однажды оно лавиной выплеснется на сына или дочь. Вместо этого попробуйте разобраться в происходящем сразу.
- Постарайтесь не быть многословными, говорить спокойно и твердо. Не поддавайтесь искушению включиться с ребенком в бесплодный спор, который поведет к выяснению того, кто главнее. Когда спор прекратить не удастся, можно даже выйти из комнаты, показывая, что разговор закончен и нужно переходить к другим делам.

- Постарайтесь в своей семье не устанавливать слишком много запретов. Но уже те, которые существуют нарушать нельзя – ребенок должен быть в этом уверен. В противном случае его ждет наказание. При этом родитель должен быть последователен.
- Наказание физическое, при кажущейся его действенности, быстро снимает у наказанного чувство вины, и препятствует ее осознанию. Одновременно оно передает ребенку информацию: «Когда ты на кого-то зол – бей».
- И последнее, наиболее трудновыполнимое пожелание. Если вы чувствуете, что не правы - имейте мужество признаться в этом. Чаще всего, боясь потерять авторитет, родители избегают признаваться в своей неправоте. Однако, тем самым, они подают ребенку пример подобного поведения, упрямо стоять на своем, не желая объективно оценить свои слова и поступки.

Берегите себя и своих детей!

Педагог-психолог Митрофанова О.В.