

## Правила общения с ребёнком

Общий принцип, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными - безусловное принятие.

**Безусловно принимать ребенка - значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!**

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть нужности другому, одна из фундаментальных человеческих потребностей.

Ее удовлетворение - необходимое условие нормального развития ребенка.

Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Я люблю, когда ты дома», «Ты мне нравишься», «Мне хорошо, когда мы вместе...».

Известный семейный терапевт *Вирджиния Сатир* рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! И, между прочим, не только ребенку, но и взрослому.

**ПРАВИЛО № 1**, которым стоит руководствоваться в тех ситуациях, когда ребенок чем-то занят самостоятельно.

*Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!».*

**ПРАВИЛО № 2**, которое объясняет, как именно помогать ребенку в трудном деле.

*Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. При этом: 1. Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому. 2. По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.*

Как это случается. Среди подростков провели опрос: помогают ли они дома по хозяйству? Большинство учеников 4-6 классов ответили отрицательно. При этом ребята высказывали недовольство тем, что родители не допускают их до многих домашних дел. Среди учащихся 7-8 классов оказалось столько же ребят, не занятых в домашних делах, однако число недовольных было в несколько раз меньше!

Этот результат показал, как угасает желание детей быть активными, брать на себя различные дела, если взрослые не способствуют этому. Последующие упреки в адрес детей, что они «ленивы», «несознательны», «эгоистичны», столь же запоздалы, сколь и бессмысленны. Эти «лень», «несознательность», «эгоизм» мы, родители, не замечая того, порой сотворяем сами.

### **ПРАВИЛО № 3.**

*Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.*

Кто из родителей не мечтал, чтобы их ребенок сам вставал в школу, сам садился за уроки, одевался по погоде, вовремя ложился спать, без напоминаний отправлялся на кружок или тренировку? Однако во многих семьях забота обо всех этих делах так и остается на плечах родителей. Знакома ли вам ситуация, когда мама регулярно будит подростка по утрам, да еще воюет с ним по этому поводу? Знакомы ли вам упреки сына или дочери: «Почему ты мне не...?!» (не приготовила, не пришила, не напомнила)? Если такое случается в вашей семье, обратите особое внимание на Правило № 3.

### **ПРАВИЛО № 4.**

*Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взростеть и становиться «сознательным».*

Как это ни парадоксально звучит, но ваш ребенок нуждается в отрицательном опыте, конечно, если тот не угрожает его жизни или здоровью.

Правило № 4 говорит о том же, что и известная пословица «на ошибках учатся». Нам приходится набираться мужества и сознательно давать детям делать ошибки, чтобы они научились быть самостоятельными.

### **ПРАВИЛО № 5.**

*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 при себе: не следует молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении.

### **ПРАВИЛО № 6.**

*Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА. Сообщите О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, о его поведении.*

### **ПРАВИЛО № 7.**

*Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.*

### **ПРАВИЛО № 8.**

*Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.*

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.

### **ПРАВИЛО № 9.**

***Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.***

Раньше мы говорили о том, как важно передавать детям заботу об их повседневных делах. Теперь речь идет о переживаниях ребенка и о наших чрезмерных волнениях по поводу детей.

Не приходилось ли вам слышать такие слова от детей (чаще от подростков и старше) в адрес родителей: «Перестань плакать (нервничать, паниковать), этим ты мне только мешаешь!»?

За такими словами стоит потребность детей отделяться от родителей и в эмоциональном смысле: учиться быть самостоятельными перед лицом напряженных, а то и опасных ситуаций. Конечно, они при этом могут нуждаться в нашем участии, но участии деликатном, ненавязчивом.

*Уважаемые родители! Если Вы прочитали эти девять правил и комментарии к ним, если Вам эти правила показались полезными для применения в жизни, но вопросов без ответов осталось еще очень-очень много, советуем прочитать книгу «Общаться с ребенком КАК?» Ю.Б. Гиппенрейтер.*