

Как найти контакт с ребенком

Существует один общий принцип, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными. Принцип этот -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!

Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь... (лениться, драться, грубить), не начнешь... (хорошо учиться, помогать по дому, слушаться)».

Приглядимся: в этих фразах ребенку прямо сообщают, что его принимают условно, что его любят (или будут любить), «только если...». Условное, оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры. Такое отношение внедряется и в сознание детей.

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания -главные воспитательные средства. Похвалишь ребенка -и он укрепитя в добре, накажешь -и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства. Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится. Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка -это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексy.

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», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «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.

Конечно, ребенку подобные знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они его питают эмоционально, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

Важная цель - пробудить лучшее, что есть в детях: их умственные способности, инициативу, ответственность, чувство юмора, их способность быть внимательными к потребностям других людей. Приятно найти язык с ребенком, который поддержит самооценку, создавать эмоциональную атмосферу, побуждающую детей к взаимодействию. Демонстрировать детям вариант уважительного отношения, который они будут проявлять к нам -сейчас, в юном возрасте, и когда они станут взрослыми.

Ребенку нужно, чтобы его чувства принимали и уважали. Для этого:

1. Вы можете спокойно и внимательно его слушать.
2. Вы можете признавать его чувства словами «да», «понятно».
3. Вы можете назвать его чувство: «Ты разочарован!»
4. Покажите, что понимаете желание ребенка. Дайте ему желаемое в фантазии: «Я бы хотел, чтобы прямо сейчас перед тобой появилось печенье!» «Было бы здорово очутиться сейчас на детской площадке!»

Все чувства могут быть приняты. Некоторые действия могут быть ограничены. «Я вижу, как ты злишься на своего брата. Скажи ему то, что ты хочешь, словами, а не кулаками».

Чем чаще родители раздражаются на ребенка, одергивают, критикуют его, тем быстрее он приходит к обобщению: «Меня не любят». Доводы родителей типа: «Я же о тебе забочусь» или «Ради твоей же пользы» дети не слышат. Точнее, они могут услышать слова, но не их смысл. У них своя, эмоциональная, бухгалтерия. Тон важнее слов, и если он резкий, сердитый или просто строгий, то вывод всегда однозначный: «Меня не любят, не принимают». Иногда это оформляется для ребенка не столько в слова, сколько в ощущение себя плохим, «не таким», несчастливым.

В своей книге «Общаться с ребенком. Как?» Ю.Б. Гиппенрейтер выделяет следующие правила:

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.

Можно осуждать действия ребенка, но, не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания

Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятия его.

Какие причины мешают родителям безусловно принимать ребенка и показывать ему это?

Пожалуй, главная из них -это настрой на «воспитание».

Вот типичная реплика одной мамы: «Как же я буду его обнимать, если он еще не выучил уроки? Сначала дисциплина, а потом уже добрые отношения. Иначе я его испорчу». И мама встает на путь критических замечаний, напоминаний, требований. Кому из нас не известно, что вероятнее всего сын отреагирует всевозможными отговорками, оттягиваниями, а если приготовление уроков -старая проблема, то и открытым сопротивлением. Мама из, казалось бы, резонных «педагогических соображений» попадает в заколдованный круг, круг взаимного недовольства, нарастающего напряжения, частых конфликтов.

Где же ошибка? Ошибка была в самом начале: дисциплина не до, а после установления добрых отношений, и только на базе них.

*Подготовила Мешкова А.И. педагог-психолог МКУ
ЦППМСП «Детство» г. Краснодара.*

*Используемая литература: Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с
ребенком. Как?». Фабер А., Мазлиш Э. «Как говорить, чтобы дети
слушали, и как слушать, чтобы дети говорили».*