

ПОМОГАЕМ РЕБЕНКУ СПРАВИТЬСЯ СО СВОИМИ ЧУВСТВАМИ

Беллуян Анна Минасовна

Педагог-психолог
ГОКУ СКШ №11 г. Иркутска
первой квалификационной категории

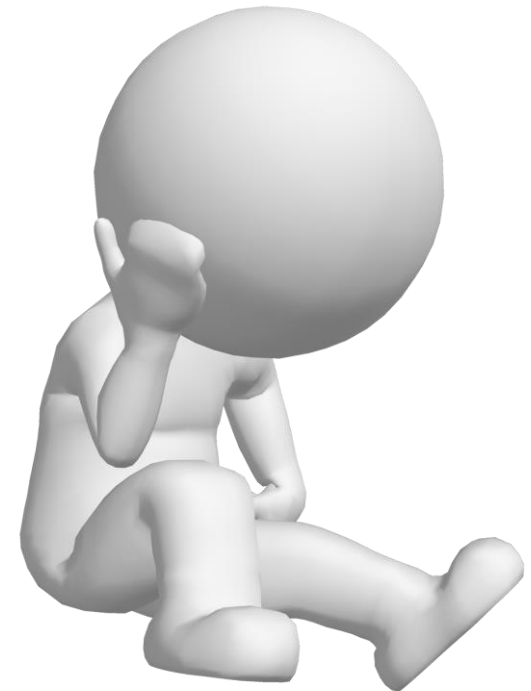
ВАРИАНТЫ «ПОДДЕРЖКИ», КОТОРЫЕ ЧАЩЕ ВСЕГО ИСПОЛЬЗУЮТ РОДИТЕЛИ В РАЗГОВОРЕ С ДЕТЬМИ



* Перечисленные ниже варианты поддержки оставляют неблагоприятный след в развитии ребенка. Они впоследствии могут формировать у ребенка вспышки протеста, агрессию, тревожность, заниженную или неадекватную самооценку.

ОТРИЦАНИЕ ЧУВСТВ

- «Нет никакой причины так расстраиваться. Глупо испытывать подобные чувства. Ты, наверное, просто устал и делаешь из мухи слона. Не может быть все так плохо, как ты описываешь. Давай, улыбнись...Ты такой милый, когда улыбаешься»



ФИЛОСОФСКИЙ ОТВЕТ

- «Слушай, жизнь именно такая. Не всегда все происходит так, как мы этого хотим. Тебе надо научиться относиться к таким вещам спокойно. Ничто не идеально в этом мире»



СОВЕТ

- «Знаешь, что я думаю, тебе надо сделать? Завтра утром зайти к учителю в кабинет и скажи: «Простите, я был не прав», а затем сделай то, о чем она тебя просила. И если ты умный и хочешь, чтобы ты был на хорошем счету, ты должен быть уверен, что ничего подобного больше не повторится»



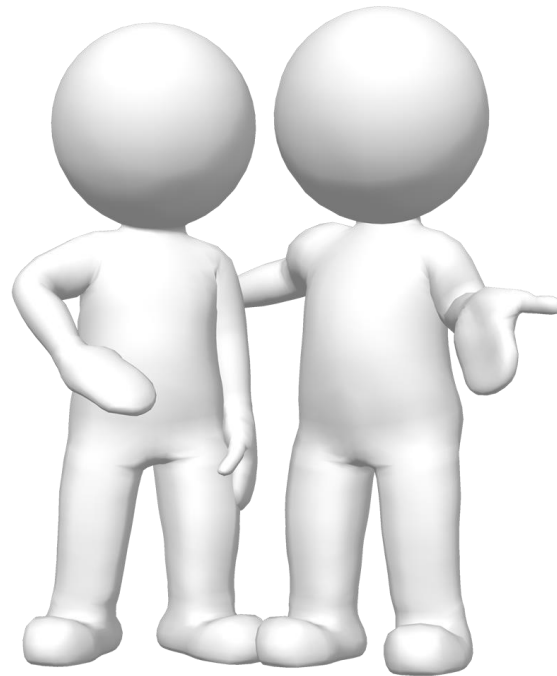
ВОПРОСЫ

- «Какие именно срочные дела привели к тому, что ты забыл сделать домашнее задание?»
- «Ты разве не понимала, что он рассердится, если ты сразу не начнешь этим заниматься?»



ЗАЩИТА ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА

- «Я понимаю реакцию твоего учителя. У него и так, наверное, работы завались, а еще ты со своим непониманием материала»



ЖАЛОСТЬ

- «Ой, бедняга. Это ужасно! Я тебе сочувствую, я сейчас просто заплачу»



ЧТОБЫ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ РАЗОБРАТЬСЯ В СВОИХ ЧУВСТВАХ, НЕОБХОДИМО:

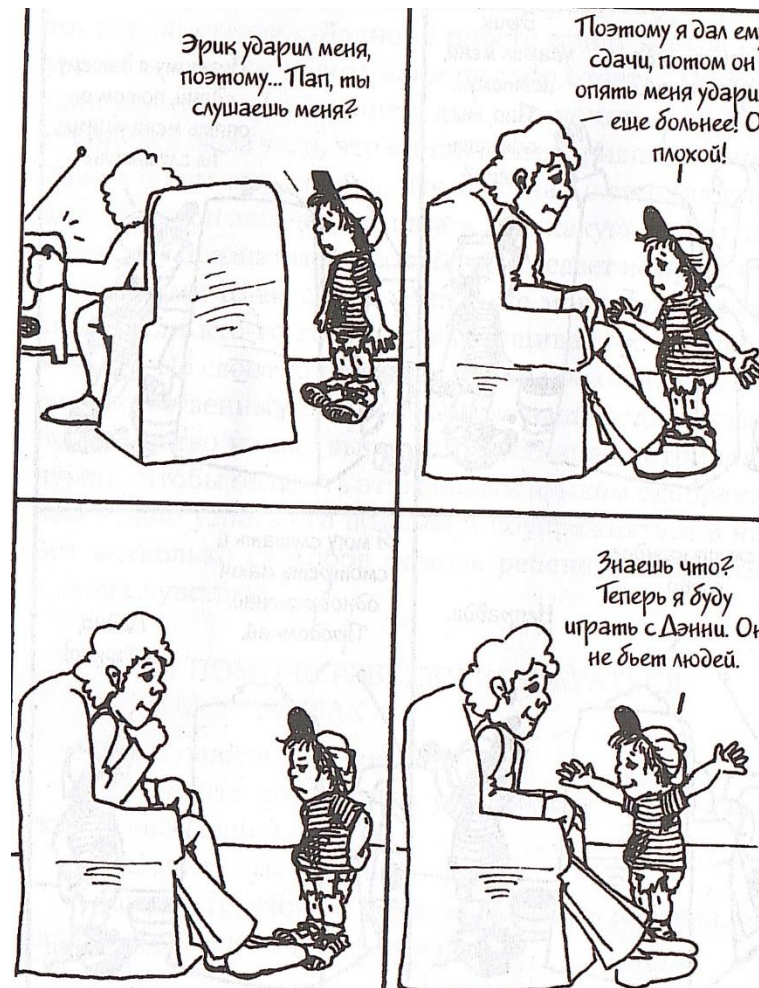
- Выслушать его внимательно
- Разделить его чувства
- Назвать его чувства
- Показать, что вам понятны желания ребенка

СЛУШАЙТЕ ВНИМАТЕЛЬНО

Вместо того, чтобы слушать вполуха



Слушайте внимательно

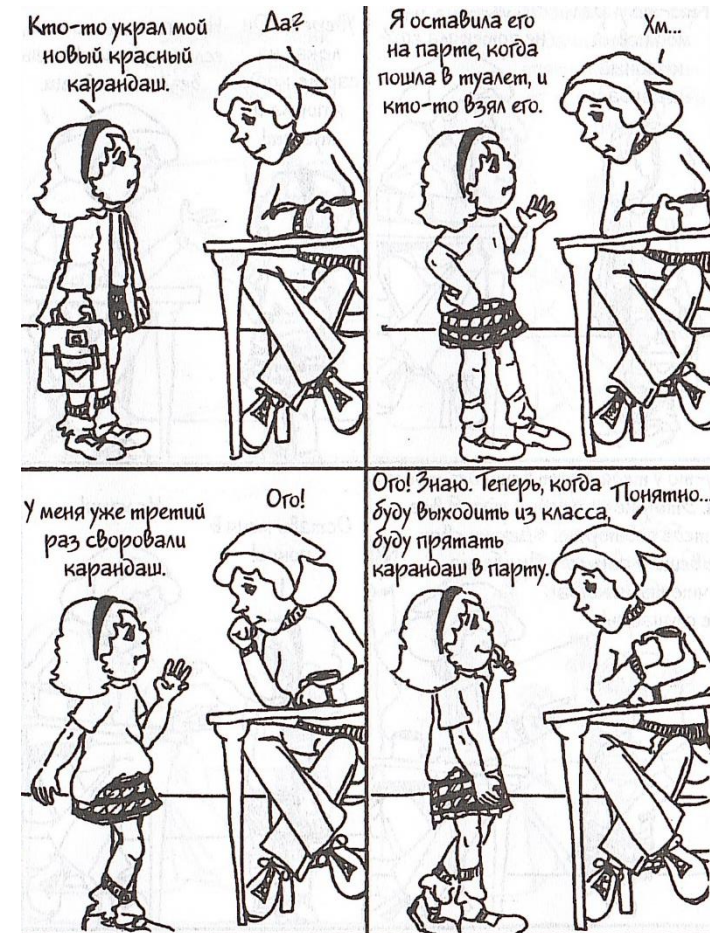


РАЗДЕЛЯЙТЕ ЧУВСТВА

Вместо вопросов и советов



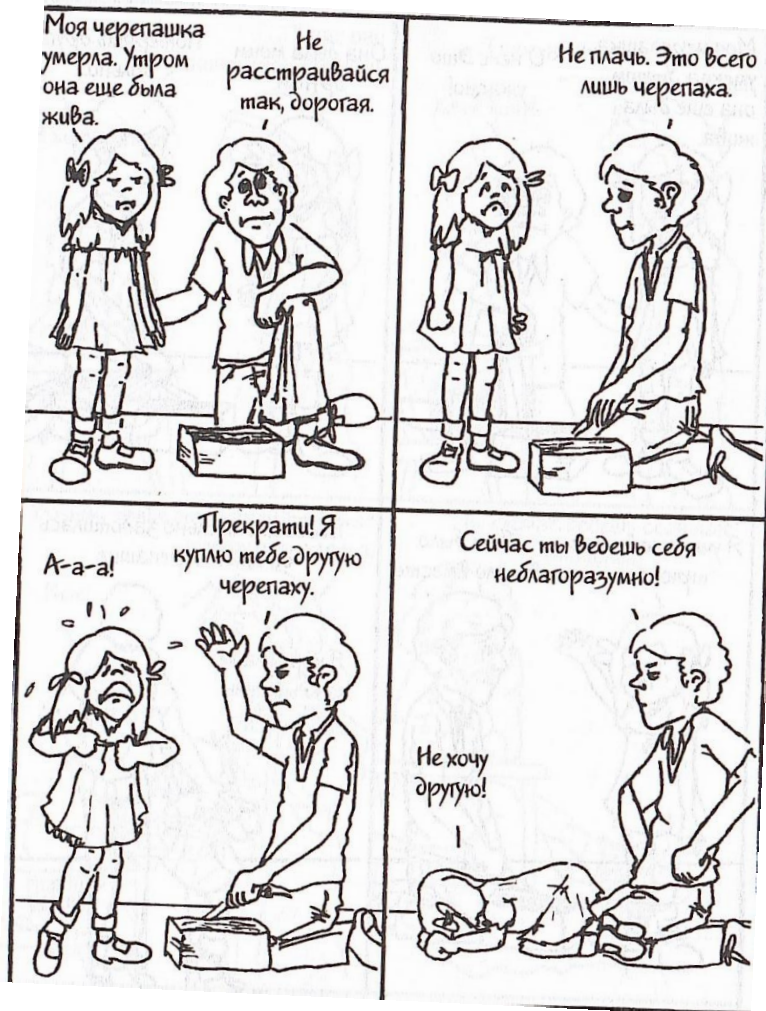
Разделите его переживания



НАЗЫВАЙТЕ ЧУВСТВА

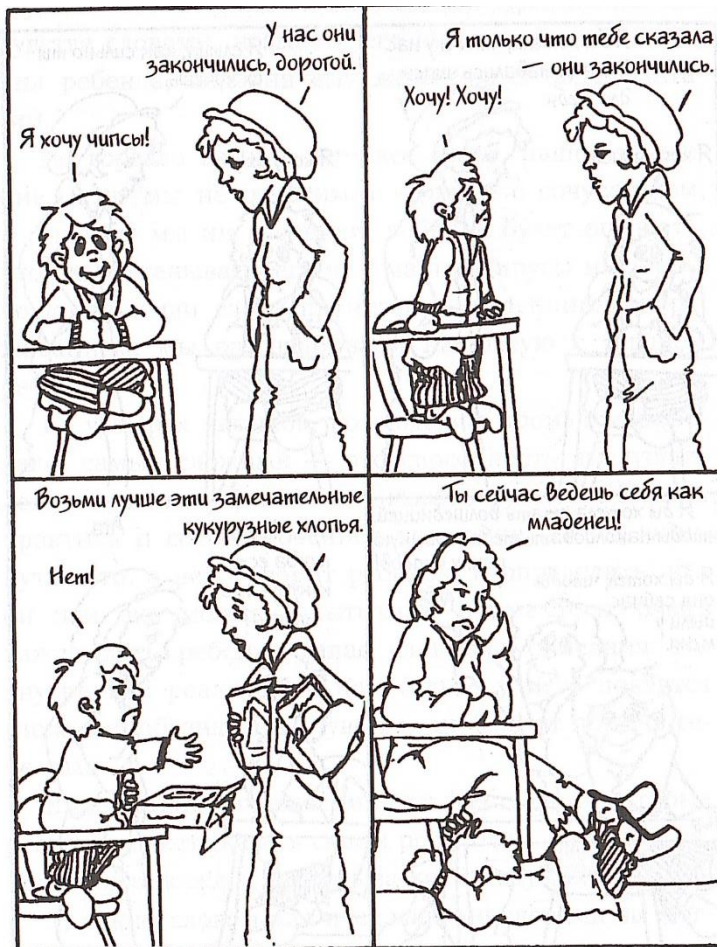
Вместо того, чтобы отрицать чувства

Называйте их

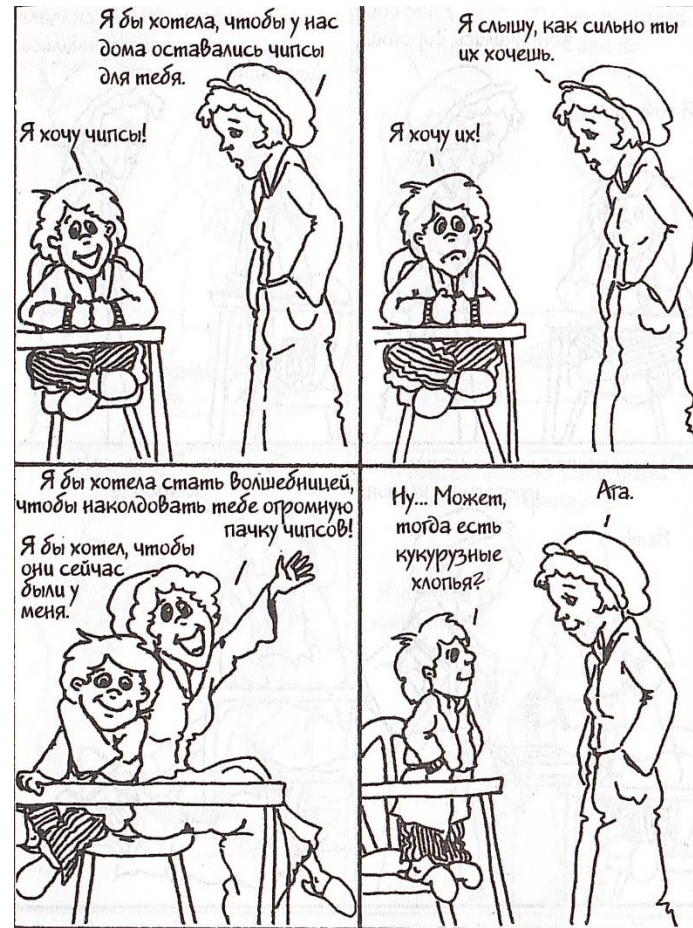


ПОКАЗЫВАЙТЕ, ЧТО ВАМ ПОНЯТНЫ ЖЕЛАНИЯ РЕБЕНКА

Вместо объяснений и логических
выводов



Покажите, что вам понятны желания
ребенка





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!