

## Как правильно поддержать ребёнка

Недавно на родительском клубе мы говорили о том, как правильно поддерживать ребёнка. Родители нередко утешают детей, отвлекают, заговаривают на другие темы...

- *Меня сегодня в садике назвали капушей. Я долго не мог застегнуть молнию на куртке, - жалуется малыш родителю.*

- *Ну, ничего, научись. Давай лучше сейчас решим, что лучше приготовить на ужин. Ты хочешь макаронки или пюре?*...

К сожалению, такие разговоры не редкость. Родителю проще перевести разговор на более легкую и понятную тему, однако для ребенка в этот момент важна поддержка. Он это проговорил. А ему преподали урок избегания своих чувств.

### **Как же правильно поддержать ребёнка?**

Использовать метод активного слушания, когда родитель показывает свою заинтересованность, разделяя мысли и чувства ребенка. Это значит:

- родитель не предлагает готового решения
- не даёт советов
- не отвлекает ребенка от проблемы

*Решаем пример.*

- Сегодня в садике меня назвали капушей. Я долго не мог застегнуть молнию на куртке.

- Н-да, неприятная ситуация. Наверное, тебе обидно. Расскажи, почему так получилось?

- Я сначала одел варежки, а потом увидел, что куртка не застёгнута и стал застёгивать её прямо в варежках.

- Это очень трудная задача, я думаю, даже у меня с первого раза не получится застегнуть молнию в варежках! Как ты справился с этим?

- Никак, воспитатель подошёл ко мне и застегнул молнию сам, назвав меня капушей.

- Это досадно. Я думаю, ей было важно, чтобы ребята не вспотели перед прогулкой. Иначе можно простудиться. Я знаю, что ты можешь самостоятельно справиться с молнией.

Попробуешь?

-Да, только варежки сниму.

- Отличная идея. Вот обрадуется воспитатель, когда увидит, что ты застегнул молнию сам!

Потренируемся дома?

### **Что делает мама?**

- отражает чувства, не пытаясь давить;
- помогает увидеть всю картинку;
- поддерживает ощущение «со мной всё в порядке»;
- создаёт условия, чтобы ребенок почувствовал себя увереннее и сам нашёл решение.

На родительском клубе мы часто разбираем ситуации, с которыми сталкиваются мамы и папы в процессе воспитания ребенка. Примеры живые, предложенные самими родителями. Это ценный опыт, который помогает через практические задания усвоить основные правила воспитания. В итоге родители чувствуют себя более уверенно, а дети - любимы.

Алла Колясникова,  
психолог