

Рекомендации по нормализации детско-родительских отношений

Педагог-психолог ГБОУ «Центр «Дар»
Столярова Екатерина Сергеевна

Семья является главным социальным институтом, в котором ребенок выступает в первый контакт и приобретает навыки общения. Семья обладает большим реабилитационным потенциалом, который может быть направлен в помощь ребенку с проблемами в развитии.

Однако его использование возможно лишь при адекватном восприятии проблем ребенка его родителями и сформированностью в сознании понимания их роли в развитии ребенка. Создание и поддержание в семье здорового психологического климата служит гарантией гармонического развития ребенка и позволяет полнее раскрыть его потенциальные возможности.

Во многом результат зависит от отношения родителей к самому факту рождения ребенка с проблемами развития, выбора стиля и тактики его воспитания, понимания особенностей заболевания на всех этапах развития ребенка и сохранения уважительных отношений между всеми членами семьи.

Важно помнить о том, что социальная адаптация ребенка напрямую зависит от грамотного материнского поведения. Воспитание как социализирующий процесс, прежде всего, решает проблему адаптации малыша к самостоятельной жизни, обучения правилам и нормам социального поведения, доброму отношению, любви к матери и близким.

Родители должны знать, что не правильные воспитательные подходы с их стороны (гипоопека, физические наказания, гиперопека, воспитание в культуре болезни и др.) формируют личностную неустойчивость ребенка, наносят большой вред его психическому здоровью.

Ребенок должен быть включен в повседневную жизнь семьи. Правильное распределение обязанностей будут способствовать сглаживанию у ребенка ощущения ущербности и развитию положительных сторон его личности.

Развитие умения общения с детьми

1. Изменение поведения взрослого и его отношения к ребёнку:

- стройте взаимоотношения с ребёнком на доверии и взаимопонимании;
- контролируйте поведение ребёнка, не навязывая ему жёстких правил;
- избегайте чрезмерной мягкости и завышенных требований к ребёнку;
- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
- для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию;
- выслушивайте ребёнка;

2. Изменение психологического микроклимата в семье:

- уделяйте ребёнку достаточно внимания;
- проводите досуг всей семьёй;
- не допускайте выяснения отношений в присутствии ребёнка.

3. Организация режима дня и места для занятий:

- установите распорядок дня для ребёнка и всех членов семьи;
- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребёнком задания;
- избегайте по возможности больших скоплений людей;
- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

4. Специальная поведенческая программа:

- не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость, то целесообразно использовать сидение в определённом месте после совершения поступка;
- чаще хвалите ребёнка.
- постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребёнком;
- не разрешайте откладывать выполнение задания;
- не давайте ребёнку поручений, не соответствующих его возрасту и способностям;
- помогайте ребёнку приступить к выполнению задания, так как это самый трудный этап;
- не давайте одновременно несколько указаний. Задание, которое даётся «особому» ребёнку, не должно иметь сложной инструкции и состоять из нескольких звеньев.

Поведение в процессе общения с детьми

Помните, нужно дать понять вашему ребёнку, что вы его принимаете таким, какой он есть. Старайтесь употреблять такие выражения: «Ты самый любимый», «Мы любим, понимаем, надеемся на тебя», «Я тебя люблю любого», «Какое счастье, что ты у нас есть».

Помните, что каждое ваше слово, мимика, жесты, интонация, громкость голоса несут ребёнку сообщение о его самооценности. Стремитесь создать у вашего ребёнка высокую самооценку, подкрепляя это словами: «Я радуюсь твоим успехам», «Ты очень многое можешь».

Помните, что родители, которые говорят одно, а делают другое, со временем испытывают на себе неуважение со стороны детей.

Помните, прежде чем начать общаться с вашим ребёнком, нужно занять такое положение, чтобы видеть его глаза: склонитесь или присядьте на корточки.

Помните, что выражать своё отношение к поведению ребёнка нужно без лишних объяснений и нравоучений. Выберите правильное, своевременное обращение к нему, например: «Миша, Мишенька, сын, сынок...».

Помните, что необходимо проявлять полную заинтересованность к ребёнку в процессе общения. Предоставляйте ему время для высказывания, не торопите его и не подчеркивайте своим внешним видом, что это уже вам неинтересно.

Подчеркивайте это кивком, восклицаниями. Слушая его, не отвлекайтесь. Сконцентрируйте на нём всё внимание. **Помните**, что многие из тех установок, которые они получают от вас, в дальнейшем определяет их поведение. Не говорите своему ребёнку того, чего бы вы ему на самом деле не желали.

Помните, что в общении с детьми следует использовать прощания, приветствия, благодарности. Не забывайте утром приветствовать ребёнка, а вечером пожелать ему «спокойной ночи». Произносите эти слова с улыбкой, доброжелательным тоном и сопровождайте их тактильным прикосновением. Обязательно, хоть за маленькую услугу, оказанную ребёнком, не забывайте поблагодарить его.

Помните, нужно правильно реагировать на проступки детей:

- спросите ребенка о том, что произошло, попытайтесь вникнуть в его переживания, выяснить, что явилось мотивом для его действий, и понять его;
- не сравнивайте ребёнка с другими детьми, например: «Посмотри, какой Саша молодец».

Помните, чтобы правильно организовать взаимоотношения с детьми в процессе общения, необходимо преодолевать:

- занятость (вы постоянно заняты работой, домашними делами);
- взрослость (вы не чувствуете переживания ребёнка, не понимаете его потребности);
- «воспитательные традиции=и» (вы не учитываете изменившиеся ситуации воспитания и уровень развития ребёнка, пытаетесь продублировать педагогические воздействия собственных родителей);
- «дидактизм» (вы постоянно пытаетесь поучать детей).

Используемые ресурсы:

https://studopedia.net/20_27012_povedenie-v-protsesse-obshcheniya-s-detmi.html

<https://infourok.ru/prakticheskie-rekomendacii-roditelyam-po-optimizacii-detsko-roditelskih-otnoshenij-4286197.html>