Коммуникация - это вербальный и невербальный про­цесс передачи чувств, установок, утверждений, мне­ний между людьми.

 Взаимоотношения между взрослыми и детьми играют огромную роль в развитии ребенка.

Родителям очень важно уметь поддерживать своего ребенка, а для это­го, возможно, придется пересмотреть привычный стиль общения и взаимодействия с ним.

 ***Психологическая поддержка ребенка взрослыми***

Поддерживать ребенка - значит верить в него. Вербально и невербально родитель сообщает ребенку, что верит в его силы и способности. Ребенок нуждается в поддерж­ке не только тогда, когда ему плохо, но и тогда, когда ему хорошо.

Взрослый, который поддер­живает ребенка, рассматривает события (поступ­ки) в целом, а так же - выделяет отдельные, позитив­ные его стороны. Поддержка основана на вере в способность ребенка преодолевать жизненные трудности при помощи значимых для него взрослых.

Взрослый, сам того не ведая, может обидеть ребенка, сказав ему: «Ты мог бы и не пачкаться!», «Ты мог бы быть и поосторожнее!», «Посмотри, как твой брат хорошо сделал это!»

 Постоянные упреки типа: «Ты мог бы сделатьэто лучше» приводят ребенка к выводу: «Какой смысл стараться? Все равно я ничего не могу. Я сдаюсь»

Завышенные требования родителей к ребенку могут сделать успех труднодостижимым.

Что касается братьев и сестер, то родители могут не­преднамеренно противопоставить детей друг другу, срав­нивая блестящие успехи одного с «бледными» достижения­ми другого. Такое соперничество может привести к сильным переживаниям ребенка и разрушить хорошие прежде взаимоотношения.

 Часто ребенок, который не может выделиться посредством чего-то позитивного, начинает вести себя вызывающе негативно.

 ***Как поддерживать ребенка?***

Существуют ложные спо­собы, так называемые ловушки поддержки. Так, типич­ными для родителей способами поддержки ребенка явля­ются гиперопека, создание зависимости ребенка от взрос­лого, стимулирова­ние соперничества со сверстниками.

Эти методы приводят только к переживаниям, мешают нормальному развитию его личности.

Подлинная поддержка должна основываться на ***подчеркивании*** его спо­собностей, возможностей, его положительных сторон. Случается, что поведение ребенка не нравится взросло­му. Именно в такие моменты он должен предельно четко показать ребенку: «Хотя я и не одобряю твоего пове­дения, я по-прежнему уважаю тебя как личность». Важно, чтобы взрослый научился принимать ребенка таким, ка­кой он есть, включая все его достижения и промахи, а в общении с ним учитывать значение таких вещей, как тон, жесты, выражения и т.п.

Для того чтобы оказать ребенку психологическую под­держку, взрослый должен пользоваться теми словами, которые работают на развитие положительной самооцен­ки. Этого можно достичь, создав у ребенка установку: «Ты можешь это сделать».

Даже если ребенок не вполне успешно справляется с чем-то, взрослый должен дать ему понять, что его чув­ства по отношению к ребенку не изменились. Полезными могут оказаться следующие высказывания:

1. Мне было очень приятно наблюдать за происходя­щим!
2. Даже если что-то произошло не так, как тебе хоте­лось, для тебя это было хорошим уроком.
3. Все мы люди, и все мы совершаем ошибки. В конце концов, исправляя свои ошибки, ты тоже учишься.

Таким образом, взрослый научится помогать ребенку в достижении уверенности в себе.

Сосредоточенность на прошлых неудачах и использование их против ребенка может породить ощущение «преследования». Примерами являются утверждения типа: «Когда у тебя была собака, ты забывала кормить ее; когда ты занималась музыкой, ты бросила уроки через 4 недели, так что я не думаю, что тебе имеет смысл теперь заняться танцами». Ребенок может решить: «Нет никакой возможности изменить мою репутацию, так что пусть меня считают плохим».

 ***Как взрослому показать свою веру в ребенка?***

1. Помочь ребенку обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей.
2. Позволить начать «с нуля», опираясь на то, что взрослые верят в него, в его способность достичь ус­пеха.
3. Помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.

Очень важно позаботиться о том, чтобы создать ре­бенку ситуацию с гарантированным успехом. Возможно, это потребует от взрослого некоторого изменения требо­ваний к ребенку, но дело того стоит. Например, создать такую ситуацию, которая может помочь проде­монстрировать свой успех детям и родителям.

Успех порождает успех и усиливает уверенность в сво­их силах, как у ребенка, так и у взрослого.

 **Итак, для того чтобы поддержать ребенка, необходимо:**

1. Опираться на его сильные стороны.
2. Избегать подчеркивания его промахов.
3. Показывать, что вы удовлетворены ребенком.
4. Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уваже­ние к ребенку.
5. Помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, с которыми он может справиться.
6. Проводить больше времени с ребенком.
7. Внести юмор во взаимоотношения с ним.

**8**.Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.

**9.**Принимать его индивидуальность.

1. Проявлять веру в ребенка, эмпатию к нему.
2. Демонстрировать оптимизм.

Так же, следует помнить, что одни слова и фразы взрослых поддерживают ребенка, а другие - разрушают его веру в себя.

 ***Поддерживают следующие слова и фразы:***

1. Зная тебя, я уверен, что ты сделаешь хорошо.
2. У тебя есть некоторые соображения по этому поводу. Готов ли ты начать?

- Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему.
 ***Слова и фразы «разрушения»:***

1. Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше.
2. Ты мог бы сделать это намного лучше.
3. Эта идея никогда не сможет быть реализована.
4. Это для тебя слишком трудно.

Взрослые часто путают поддержку с похвалой. Похвала может быть, а может и не быть поддержкой. Например, слишком щедрая похвала может показать­ся ребенку неискренней. В другом же случае она может поддержать ребенка, опасающегося, что он не соответ­ствует ожиданиям взрослых.

Психологическая поддержка основана на том, чтобы помочь ребенку почувствовать свою «нужность».

 ***Поддерживать можно посредством:***

1. *отдельных слов* («красиво», «аккуратно», «прекрас­но», «здорово», «вперед», «продолжай»);
2. *высказываний* («Я горжусь тобой», «Мне нравит­ся, как ты работаешь», «Это действительно прогресс», «Я рад твоей помощи», «Спасибо», «Все идет прекрасно», «Хорошо, благодарю тебя», «Я рад, что ты в этом участвовал», «Я рад, что ты пробовал это сделать, хотя все получилось вовсе не так, как ты ожидал»);
3. *прикосновений* (погладить по плечу; дотронуться до руки; мягко поднять подбородок ребенка; приблизить свое лицо к его лицу; обнять его);
4. *совместных действий*, физического соучастия (си­деть, стоять рядом с ребенком; мягко вести его; играть с ним; слушать его; есть вместе с ним);

- *выражением лица* (улыбка, подмигивание, кивок, смех).

 Поэтому, для создания полноценных, доверительных отношений с ребенком, взрослому нужно уметь эффективно общаться с ним.



Дугинова Е. А. Коррекция детско-родительских отношений:Методические рекомендации для специалистов, педагогов образовательных учреждений, родителей. – г.о. Новокуйбышевск, 2009 г. – 103 стр., стр.40