

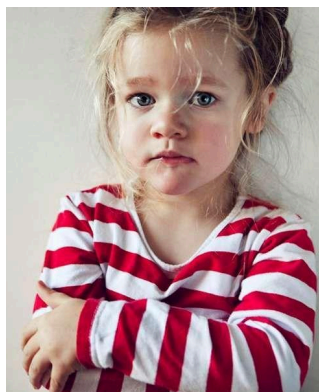
«Как научить ребёнка просить и принимать помощь» ???

Ребенку нужна помощь?

Ребенок не просит помощи?

Ребенок отвергает помощь?

Как выйти из замкнутого круга?



Анализируем признаки

Первый признак — физический уход от непростой ситуации, от сложного разговора. У ребенка это выглядит так: он не откликается на ваши обращения к нему (у вас даже может возникнуть впечатление, что он вас не слышит), или в процессе разговора просто уходит, например, в другую комнату. Взрослого в процессе беседы вы тоже можете обнаружить направляющимися к выходу.

Другой признак — потеря своих желаний и чувств во взаимодействии с другими людьми. Такой человек может очень хорошо понимать окружающих и действовать так, чтобы удовлетворить именно их желания, забывая о своих. Он любит и умеет помогать, часто в ущерб своим интересам.

Следующий признак — ощущение человеком пустоты внутри себя и надежда, что кто-то его проведет и направит. Ребенок будет ждать, что его увлекут, заинтересуют.

Как распознать таких людей? У них часто наивно-очаровательный взгляд. Ребенок будто посмотреть на него и заметить. А еще от такого ребенка (да и взрослого тоже) часто можно услышать: «Мне скучно». И это не просто слова. Ребенок действительно чувствует скуку. Он не видит возможности включиться в какое-то занятие, или прямо в процессе выполнения изначально привлекавшего его дела обнаружить потерю интереса, радости и энергии.

Если вы собрали *«портрет»* из совокупности перечисленных черт, то можете не сомневаться – вашему ребенку или близкому



просит

может

взрослому трудно просить о помощи, когда она необходима, и он в ней остро нуждается.

Что же делать?

! Действуем !

Что важно помнить:

- уходим от осуждения ребенка;
- если ребенок не обращается за помощью и даже отвергает ее, это не значит, что помощь ему не нужна (понять это – уже полдела сделать!);
- помощь, действительно необходимая детям, — это такое наше участие, которое даст возможность ребенку сделать дело самостоятельно.

А теперь о том, что мы можем сделать.

В первую очередь, маме следует понаблюдать за собой. Есть ли у нее или других близких ребенка навык просить о помощи? Может ли мама в отношениях с другими людьми и с ребенком не терять себя?



Если нет, то у ребенка мало шансов получить иную модель поведения, нежели ту, которую он видит у значимых близких. Он просто обучается тому, что наблюдает. Поэтому, если мама поняла, что у нее в этой области затруднения, или увидела у себя вышеперечисленные признаки – нужно помочь сначала себе, а затем уже ребенку. В противном случае, попытки научить ребенка чему-то новому не дадут эффекта, так как будут наталкиваться на противоречие: мама учит одному, а действует по-другому. Ребенок не сможет разрешить такое противоречие самостоятельно. А если мама меняет свое отношение к принятию помощи, то ребенок последует ее примеру. Тогда уже можно будет предпринять следующие шаги.

Во-вторых, важно дать ребенку возможность почувствовать уверенность в том, что помощь возможна. Для этого нужно учить за ней обращаться. При этом важно помнить, что он только тогда начнет просить о помощи, когда у него внутри появится убежденность: меня услышат и не отвергнут.

Как же это делать? Активнее проявляйте ваш интерес к внутреннему миру ребенка (чувствам, желаниям, импульсам к действию), задавая важные для него вопросы. Например, «как ты себя чувствуешь?», «что с тобой сейчас происходит?», «может быть, ты чем-то расстроен?», «может, ты сейчас чего-то хочешь?», «хочешь ли ты, чтобы я сейчас тебе помогла?», «как бы ты хотел, чтобы я тебе помогла?», «что ты хочешь, чтобы я сделала сейчас?» и другие подобные. Предлагая помощь, мама должна постоянно сверяться с тем, как на это реагирует ребенок – хочет ли, согласен ли, откликается ли. Такие вопросы поначалу могут ставить в тупик, но одновременно они транслируют наше послание: «я здесь, я могу и хочу тебе помочь сделать это». Также они будут побуждать ребенка все чаще и чаще обращаться к себе (особенно когда рядом есть другие люди), несмотря на то, что такого навыка нет. Если после ответов ребенка получилось успешное взаимодействие, то

очень важно разделить с ним радость от свершенного, правда, старательно избегая слов «молодец» и других, оценивающих именно его.

Ребенок начнет просить о помощи, когда у него внутри появится убежденность: меня услышат и не отвергнут.

Если мы не получили ответа, то, помня, что ребенок не скрывает от нас ничего, а действительно не знает, что ответить, начинаем предлагать свои конкретные действия и идеи. К примеру, «я могу тебе помочь конкретно вот в этом, хочешь?», «я сейчас могла бы сделать для тебя вот эти три вещи: ..., а ты можешь выбрать», «что ты скажешь, если я тебе сделаю вот это..?», «как тебе моя идея сделать для тебя...?».



Отвечая на такие вопросы, ребенок учится задумываться о помощи вообще и выбирать ту помощь, которая подходит именно ему.

В-третьих, мы можем помочь ребенку, если, исследовав его желания, посодействуем формулированию намерения и созданию алгоритма

достижения цели. Таким детям (да и взрослым с этими же чертами характера) нужно заново учиться удерживать тему, цель или направление и следовать им. Им очень важно достигать своих целей и разделять со значимым человеком радость этой победы.

Благодаря нашим грамотным действиям, а также любви и терпению, ребенок сможет увидеть, что помощь возможна, научится принимать ее и будет осваивать способы обращения за ней. *Он получит возможность учиться быть одновременно с собой и другими, лучше почувствует свои границы и, как следствие, будет внимательнее к границам другого человека.* Ребенок станет по-новому ориентироваться в мире, руководствуясь своими интересами, любознательностью.



Воспитатель:
Бухарина Н. О.