

## **ПОЧЕМУ ВАЖНО ПРАВИЛЬНО ПОЖАЛЕТЬ РЕБЕНКА, КОГДА БОЛЬНО, ГРУСТНО ИЛИ КОГДА РЕБЕНОК СТОЛКНУЛСЯ С ТРУДНОСТЯМИ**



**Всё просто: сочувствие, сопереживание и поддержка – один из способов показать свою любовь.**

- **Когда ребенку плохо, больно, грустно** – обнимите, поцелуйте, прижмите к себе. И только потом переключите внимание на что-то ещё.

- **Нужна ваша помощь, чтобы облегчить состояние? Если вы можете это сделать - делайте.** Обработайте рану, подуйте, поцелуйте. Важно всё делать спокойно, без причитаний и комментариев «надо было смотреть под ноги», «а я тебе говорила!» и т.д.

- **Представьте себя на месте ребёнка.** Вы порезались или споткнулись. Как вам будет, если к вам тут же подлетят с утешением или ещё хуже с обвинениями? Дайте ребенку немного времени, чтобы прийти в себя, справиться с эмоциями и осознать собственные ощущения. Потребность в сочувствии появляется чуть позже. Вот тогда пожалейте, проявите сочувствие.

- **Обратите внимание на то, нужна ли ваша помощь и сочувствие.** Возможно, ребенок уже сам в состоянии справиться со своими эмоциями без вашей помощи.

*Чем старше ребёнок, тем меньше он будет в вас нуждаться. Но тут важно помнить, если уже взрослый ребенок делает запрос на поддержку (рассказывает вам о случившемся) - посочувствуйте, пожалейте.*

- **Избегайте причитаний и собственных истерик.** Если вы пугаетесь каждого ушиба и шишки, то и ваш ребенок будет всего бояться в жизни. Синяки и разбитые коленки – атрибут нормального детства, относитесь к ним спокойнее.

- **Отложите обсуждение случившегося, пока ребенок успокоится.**

Ваше: «Я же тебе говорила, что ступеньки скользкие» расстроенный ребенок воспримет как «я сам виноват», вместо «в следующий раз нужно быть осторожнее». Необходимый навык не сформирован, а вот комплекс вины получит благодатную почву для роста.

Обсудить случившееся можно позже и намного лучше на чужом примере: «Я тоже однажды залезла на скользкую ступеньку и упала!» Вероятнее всего ребенок ответит: «Точно, как я сегодня». И уже в спокойном состоянии сделает правильные выводы.

Ваше умение поддержать, пожалеть и сопереживать - залог будущего успеха и уверенности в себе для вашего ребёнка.

*Гавриленко Татьяна Ивановна – педагог - психолог,  
консультант Службы психолого-педагогической,  
методической и консультативной помощи родителям.  
Запись на бесплатную консультацию по телефону 8 416 2 226 247*