

Психологическая коммуникация

«Нехватка общения или как правильно общаться с ребёнком»

Рекомендации педагога-психолога Волошиной Т.В.

Родители беспокоятся, что они недостаточно общаются с ребенком, когда они помногу времени проводят на работе или занимаются бытом. Однако дети могут недополучать внимание взрослых и когда они непосредственно общаются с ними. Мама читает ребенку книжку, но параллельно отходит мешать суп на плите и проверяет смартфон. Воспитатель слушает одного ребенка, но его уже тянет за рукав другой воспитанник. Чтобы помочь родителям и воспитателям «насытить» ребенка вниманием, можно использовать «лайфхаки» – сборник специальных техник общения с ребёнком.

Ребенок стремится получить концентрированное внимание взрослого, потому что для него это подтверждение того, что он нужен и интересен. Взрослые стремятся дать больше внимания ребенку, однако часто оно расфокусировано. В результате у родителей и педагогов возникает чувство тревоги, будто они что-то «недодали». Среди признаков нехватки внимания взрослых у ребенка – капризы, агрессия, психосоматические заболевания

Детям часто не хватает внимания взрослых, даже когда те стараются чаще находиться рядом с ними. Это происходит, когда взрослый утомлен и не в состоянии поддерживать игру или чрезмерно сосредоточен на рабочих и бытовых заботах – даже когда он ими не занимается. Ребенку может не хватать общения со взрослым в семье, когда в ней несколько детей, или в группе детского сада, когда на одного педагога приходится много воспитанников. В этих случаях ребенок ожидает, что взрослый будет концентрироваться только на нем, но это невозможно, ведь взрослому приходится «разрываться» между несколькими задачами. Также родители могут считать, что у них с ребенком нет общих интересов, и потому не проявлять искреннего любопытства к увлечениям ребенка. В случаях, когда родители или воспитатели чувствуют, что детям не хватает общения с ними, можно применять техники, которые «насыщают» ребенка вниманием взрослого. Они помогут снять напряжение, повысят уровень доверия,

помогут проработать негативные эмоции у детей. Техники можно использовать в стрессовых ситуациях, периодически или ежедневно.

Для родителей подходят все техники: «Разговорчики на сон», «Минутки внимания», «Пуповинка», «Минутки нежности» и другие. При этом важно подбирать те из них, которые приятны и ребенку, и взрослому – иначе ребенок считает напряженное состояние родителя, и техника будет бесполезна.

Для воспитателей подойдут техники «Зеркало», «Поддавки». Технику «Плакат достижений» можно использовать для всей группы.