

Интерактивное образование родителей



На страницах нашей газеты мы будем делиться с вами информацией о воспитании детей: о родительских установках и реакциях, конструктивных формах общения с детьми и решении конфликтов. А также будем говорить об особенностях развития ребенка и обучения, адаптации, и просто о том, как быть счастливым человеком. Мы надеемся, что вы станете нашими постоянными читателями

Как помочь ребенку учиться на своих ошибках и не терять веру в себя

Покажите мне человека, который не ошибся ни разу в жизни, и я покажу вам человека, который ничего не достиг.

Джран Коллинз

Но может ли ребенок по-настоящему стать самостоятельным и осознанным, если не вынесет из своих ошибок жизненные уроки и опыт, который поможет справиться с любыми трудностями в будущем.

Каждый день в ГАУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» обращаются подростки и их родители, которым нужна помощь психологов не только в том, чтобы найти выход из трудной жизненной ситуации, но прежде всего, чтобы найти силы и ресурсы справиться с ней, превращать испытания в обучающий опыт и уметь держать удар, как бы тяжело ни было.

В этом лайфхаке мы расскажем о том, как каждый родитель может помочь ребенку превращать любую трудность, ошибки в обучающее событие и ценный опыт.

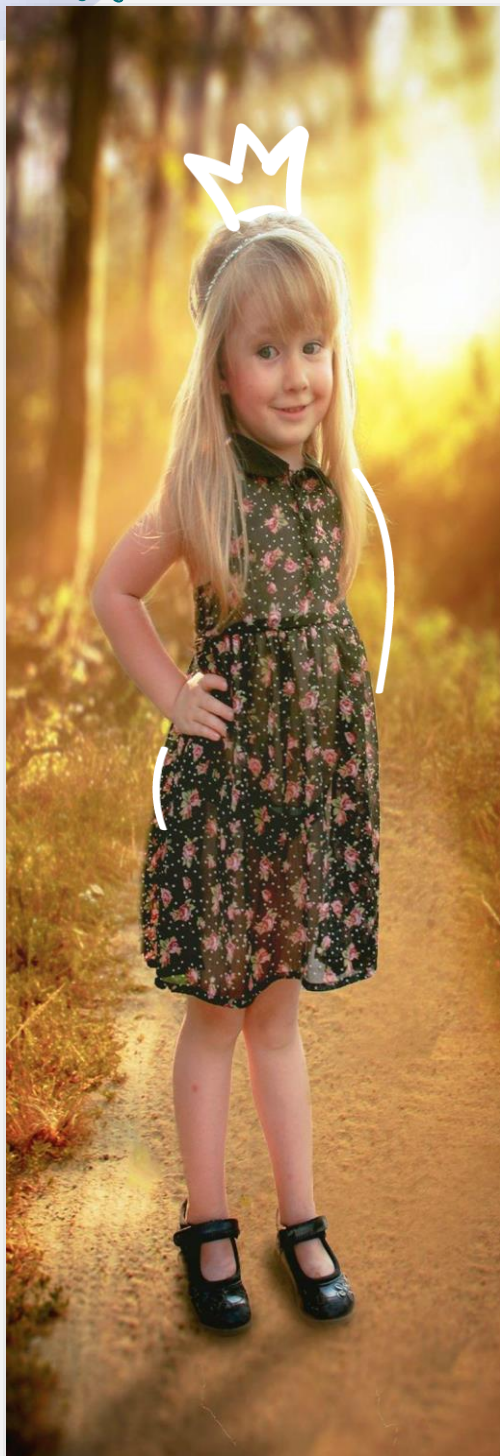
Каждый родитель мечтает о том, чтобы ребенок был счастлив и избежал неприятностей, негативного влияния и опасных связей в среде сверстников, учился только на пятерки и хорошо ладил с людьми.



Готовы ли вы дать право ребенку на ошибку?

- ✓ Отказывая подростку в праве на ошибку, мы лишаем их бесценного опыта и возможности развить навыки анализа ситуации и своего поведения.
- ✓ Право и готовность рассказать вам о любой неприятности и ошибке – главный признак доверительных и крепких отношений между вами и ребенком.

Как этого добиться?



- ✓ Важно не только слушать его рассказ о ситуации, но и слышать чувство и переживания которые за этим стоят. Важно, чтобы ребенок мог спокойно вам все рассказывать и не бояться, что у вас случится истерика, если у него неприятности. Для него большим показателем того, что вам как родителю можно доверять будет то, что вы в состоянии учитывать его интересы и если он случайно или не по своей вине оказался в этой ситуации, то для него не будет опасных последствий.
- ✓ Разговаривать с разгневанными, огорченными или враждебными подростками непросто, но старайтесь всегда слушать и пытайтесь понять. Всем детям нужно чувствовать, что их любят. Выслушайте ребенка и не перебивайте, если он расстроен или разгневан. Позвольте ему уйти в спальню, если он не настроен на беседу. Скажите, что вы готовы выслушать, когда ему станет легче и немного успокоится.



Признавайте чувства подростков словами: «Вижу, что ты расстроена», — или: «Кажется, тебя задела какая-то ситуация, когда будешь готова, давай обсудим это»,

«Я вижу, что ты взволнован, обычно, если меня что-то беспокоит, когда я рассказываю об этом, мне становится легче. Так что, если захочешь, я буду рад(а) выслушать».

Ошибка ошибке рознь!

Ошибки не всегда возникают в результате осознанных действий. Иногда можно ошибиться даже тогда, когда ребенок ничего не делает или избегает принятия решений.



Важно помогать осознать подростку ошибки обоих видов и брать на себя ответственность

Как этого добиться?

Определение причины совершения ошибки и оправдание себя – это разные вещи. нас учат не оправдываться за ошибки, но оправдание отличается от определения причин таковых ошибок. Помогайте подростку анализировать каждую ситуацию и вместо трансляции своего мнения по поводу причин ситуации и тем более ее последствий, задавайте ему вопросы.

Как ты думаешь, почему ситуация сложилась таким образом?

Как ее можно было избежать? Что лично ты мог(ла) сделать, чтобы ее избежать?

Как думаешь, можно ее исправить или что-то сделать, чтобы хотя бы частично ее исправить?



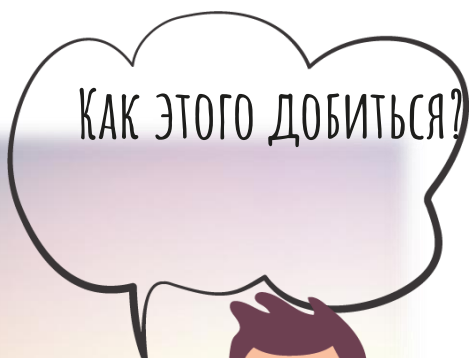
Различайте ошибки и неверные решения.

Ошибка – это погрешность вроде неправильного ответа на уроке или действий по незнанию, когда подросток только пробует жизнь на прочность.

Неверные решения имеют умысел: например, договорившись о чем-то с вами или учителем, ребенок нарушает договоренность, обманывает друга. Ошибки понятны и могут требовать меньше внимания для исправления, достаточно тренировки и дополнительных усилий.

Неверные решения нужно признавать, как и ошибки, но для исправления они требуют осознания вины и нарушения тех ценностей в отношениях, которые были испорчены ситуацией.

Подросток в отличие от взрослых, чтобы понять этого, должен прожить это на эмоциональном уровне и ценностном уровне, сам сделать выводы и понять, что был не прав. Поэтому важно, прежде всего, говорить о ваших родительских чувствах, об отношениях и подорванном доверии, а не давать жесткие оценки его поведению и тем более личности. Подросток услышит скорее, если вы скажете: «Мне очень обидно, что ты обманул меня и не сдержал обещание, ведь я думала, что могу доверять тебе. «Я растеряна и не знаю, что и думать», вместо «ты обманул меня, раз ты так себя ведешь – неделю без интернета и карманных денег, может, хоть так ты поймешь, что был не прав».

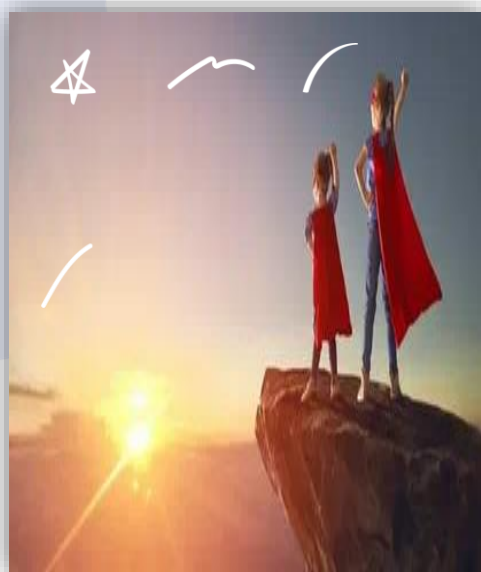


Научиться признавать и исправлять свои ошибки он может только от вас!

Признание своих ошибок также тренирует осознанность — способность замечать свои действия и понимать, когда они приводят к неудачам.

Как этого добиться?

Подростки делают не то, что мы им говорим, а то, что они видят с малых лет. Часто они неосознанно копируют нашу модель поведения и мышления в разных ситуациях. Если подросток видит, что взрослые сожалеют, когда были неправы, например, повысили голос, не смогли выполнить обещание, случайно обидели кого-то грубым словом или скрыли что-то, но они умеют признать свою вину и извиниться, тогда для подростка это является нормой поведения, и он последует вашему примеру легко и без принуждения.



Расскажите ему несколько ярких и близких к его жизни ситуаций из своего подросткового возраста о том, как прогуляли школу, скрывали что-то от родителей или попали в неприятность, что чувствовали тогда, как было сложно признаться и что помогло вам в тот момент, чтобы наладить ситуацию и испорченные отношения.

Подросток должен понимать, что признать вину и ошибку — тоже серьезное решение и поступок, что именно так он выглядит взрослым и вызывает уважение с вашей стороны. Ребенку важно видеть, что неудачу взрослый человек переживает мудро, конструктивно. Так вы покажете вашим детям, что абсолютно все ошибаются или могут потерпеть поражение.

Важен баланс, подростки легко приспосабливаются и манипулируют взрослыми, обратите внимание на то, чтобы фраза «извини, я был неправ, больше такое не повторится» не стало привычной для него ритуальной фразой и формальностью (что на их языке «отмазкой»).

Такой подход помогает детям развивать навыки саморегуляции, ответственности и анализа своего поведения. Важно помнить, что обучение ребенка решать сложности — это важная часть его личностного развития.



Полезная информация

*Если вы видите, что ребёнок постоянно остаётся без присмотра родителей, голоден, одет не по сезону, видны следы побоев, не оставайтесь равнодушными, сообщите об этом по **телефону доверия**:*



8-800-2000-122

Уполномоченный по правам ребенка в Иркутской области:

8 (3952) 24-18-45

Министерство социального развития, опеки и попечительства Иркутской области:

8 (3952) 25-33- 07

Отделение службы экстренной психологической помощи по Иркутской области:

8 (3952) 32-48-90,

8-800-350-40-50 (круглосуточно).

**Следственное управление Следственного комитета по Иркутской области
дежурная часть**

8 (3952) 26-18-00

Служба Межведомственного взаимодействия

8 (3952) 22-93-28

КДН (комиссия по делам несовершеннолетних)

8 (3952) 71-80-19, 71-80-17

Электронная газета

Интерактивное образование родителей



Выпуск 18

Апрель, 2024 г.



*Государственное автономное учреждение Иркутской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской, социальной помощи»,*

г. Иркутск, ул. Пискунова, 42

т. 8(3952) 700-940, 700-037