

Помощь семье в кризисной ситуации

В ваших силах дать понять ребенку, что он на первом месте в вашей жизни. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам ребенка, не пренебрегайте ничем из всего сказанного им. Попробуйте убедить его раскрыть свои чувства, поделитесь накопившимися проблемами.

Для этого в процессе общения подчеркивайте свой интерес кивком, восклицаниями. Слушая его, не отвлекайтесь. Сконцентрируйте на нём всё внимание. Предоставляйте ему время для высказывания, не торопите его и не подчеркивайте своим внешним видом, что это уже вам неинтересно. Покажите, что вы любите своего сына или дочку. Что бы ребенок знал: «Кто в мире будет принимать и любить меня и принимать просто за то, что я есть, вне зависимости от поступков, которые я совершаю, от слов, которые употребляю, от того как веду себя, если не мои собственные мама и папа, кому еще я нужен в этом мире так сильно». Для этого старайтесь употреблять такие выражения: «Ты самый любимый», «Мы любим, понимаем, надеемся на тебя», «Я тебя люблю любого», «Какое счастье, что ты у нас есть».

Придайте уверенность ребенку, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь со своими проблемами. Внушайте оптимизм. Стремитесь создать у вашего ребёнка высокую самооценку, подкрепляя это словами: «Я радуюсь твоим успехам», «Ты очень многое можешь».

Не применяйте физические наказания. Это унижает честь и достоинство ребенка. Помните, что ребенок в трудной жизненной ситуации ждет от вас поддержки.

Найдите способ успокоить своего ребенка. Постарайтесь подобрать особые слова, обнимите, пожалейте.

Никогда не бойтесь **обратиться к специалистам**. Но помните, что гармоничное преодоление кризисных ситуаций у ребенка возможно только совместными усилиями психолога и родителей.

Любите своего ребенка! Будьте рядом с ним в радостные и в «трудные» минуты жизни!