

Структура разговора с ребёнком находящимся в ТЖС и примеры фраз для оказания эмоциональной поддержки.

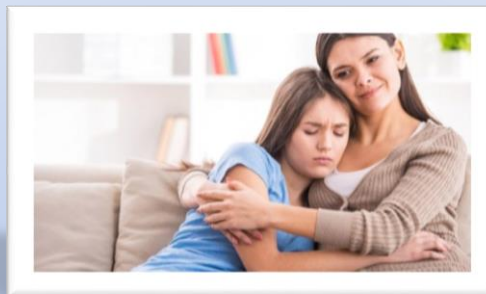
1) Начало разговора: «Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным, у тебя что-то случилось?»»;

2) Активное слушание. Пересказать то, что ребёнок рассказал вам, чтобы он убедился, что вы действительно поняли суть услышанного и ничего не пропустили мимо ушей: «Правильно ли я тебя понял(а), что ...?»»

3) Прояснение намерений: «Бывало ли тебе так тяжело, что тебе хотелось, чтобы это все поскорее закончилось?»»

4) Расширение перспективы: «Давай подумаем, какие могут быть выходы из этой ситуации? Как ты раньше справлялся с трудностями? Что бы ты сказал, если бы на твоём месте был твой друг?»»

5) Нормализация, вселение надежды: «Иногда мы все чувствуем себя подавленными, неспособными что-либо изменить, но потом это состояние проходит»».



Помните!

То, что взрослому кажется пустяком, для ребёнка может быть поводом для очень серьёзных душевных переживаний.

У подростков ещё недостаточно жизненного опыта для конструктивного решения проблем, им может показаться, что уход из жизни – лучший выход из кризисной ситуации.

Родители могут помочь своему ребёнку, если вовремя заметят у него признаки кризисного состояния и поговорят с ним.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования "Станция юных натуралистов Усманского муниципального района Липецкой области"

«Как помочь ребёнку в трудной жизненной ситуации?»



г. Усмань
2020

Детское восприятие сильно отличается от взрослого. Порой сущий пустяк может превратиться в настоящую трагедию, сильно расстроить и травмировать маленького человека. В результате ребёнок попадает в сложную ситуацию, и взрослым важно понимать, как можно помочь ему пережить боль, с которой ребенку приходится сталкиваться в силу различных жизненных обстоятельств.



Причины трудных жизненных ситуаций у детей

Одной из основных причин появления категории **"дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации"** является семейное неблагополучие, а именно:

- наркомания или алкоголизм в семье;
- низкая материальная обеспеченность, нищета;
- конфликты между родителями и родственниками;
- жестокое обращение с детьми, насилие в семье.



Признаки того, что подросток попал в трудную жизненную ситуацию:

- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека «одиночку»;
- злоупотребляющие алкоголем или наркотиками, агрессивность, изменение поведения;
- утрата интереса к учебе, другим, ранее привлекательным видам деятельности;
- появление сверхкритичности к себе;
- разочарование в успехах, обесценивание собственных достижений;
- нарушения пищевого поведения (отказ от еды или обжорство);
- несвойственное данному подростку пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- отсутствие планов на будущее;
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей, раздражительность.

Способы помощи.

- o Рассматривайте подростка как равную себе личность.
- o Внимательно слушайте то, о чем говорит подросток.
- o Если подросток делится с Вами своей проблемой, предлагайте конструктивные пути выхода из ситуации, свою активную помощь.
- o Не спорьте и не доказывайте подростку, что его проблемы «легко решаемы». Тем самым Вы можете усугубить ситуацию, потеряете доверие, ребенок замкнется в себе.
- o Вселяйте в подростка уверенность в собственных силах.
- o В случаях необходимости обращайтесь за помощью к специалистам. Помните, что, в сущности, подросток это ребенок, находящийся, в силу возрастных особенностей, в крайне уязвимом состоянии.



