

Консультации для родителей

Азбука общения с ребенком

«Как слушать ребенка»

Активно слушать ребенка- значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив (озвучить) его чувство.

- Если вы хотите послушать ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом. Очень важно, чтобы ваши и его глаза находились на одном уровне.
- Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.
- Очень важно в беседе держать паузу (пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом).

Рекомендации:

В повседневном общении замечайте моменты различных переживаний ребенка: когда он расстроен, боится, не хочет, устал, увлечен, нетерпелив, рассержен, обижен, называйте их в вашем обращении к нему. Не забывайте о повествовательной (не вопросительной) форме ваших реплик и о паузе ваших ответов.

«Что нам мешает слушать ребенка»

Неудачные высказывания (наши автоматические реакции):

- Приказы и команды.
- Предупреждения, предостережения и угрозы.
- Мораль, нравоучения и проповеди.
- Советы и готовые решения.
- Доказательства, логические выводы, нотации и лекции.
- Критика, выговоры и обвинения.
- Похвала.
- Обзывания и высмеивания.
- Догадки и интерпретации.
- Выспрашивания, расследование.
- Сочувствие на словах, уговоры и увещания.
- Отшучивание и уход от разговора.

Часто родители спрашивают: «Что делать, если ребенок настойчиво требует невозможного, при этом плачет, или очень расстроен?»

Ответ: «Попробуйте его активно послушать. Ваши первые фразы, в которых он увидит участие, могут несколько смягчить обстановку. Вслед за этим попробуйте помечтать вместе с ним о невозможном.

Когда дети и родители мечтают вместе, ребенок знает, что взрослый слышит и разделяет его чувства.

«Если ему трудно»

Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно ему помогите. Очень хорошо начать со слов «Давай вместе». Они открывают ребенку дверь в область новых умений, знаний и увлечений:

- возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому;
- по мере освоения ребенком новых ему действий постепенно передавайте их ему.

Завтра ребенок будет делать сам то, что сегодня он делал с вами. Опасности, которые вас подстерегают:

- слишком рано переложить свою часть действий на ребенка (приведет к потере желания заниматься этим делом);
- слишком долгое и настойчивое участие родителя (никакого развития самостоятельности и потеря желания).

Рекомендации:

1. Выберите для начала какое-нибудь дело, которое не очень хорошо получается у вашего ребенка. Предложите ему «Давай вместе!» Посмотрите на реакцию; если он проявит готовность, займитесь с ним вместе. Внимательно следите за моментами, когда вы можете ослабить ваше участие, но не делайте это слишком рано и резко. Отметьте успехи ребенка, поздравьте его, а заодно и себя!
2. Выберите пару новых дел, которые вы хотели бы, чтобы ребенок научился делать сам. Повторите предыдущую процедуру. Снова поздравьте с успехами его и себя.
3. Обязательно в течение дня поиграйте, поболтайте, поговорите по душам с ребенком. Чтобы время, проводимое с вами, было для него положительно окрашено.

Азбука общения с ребенком

Принимать ребенка - значит любить его, не за то, что он красивый, умный, способный и т.д., а просто так, просто за то, что он есть!

Что это означает:

- Ребенок должен чувствовать, что он вам нужен (об этом нужно чаще ему говорить);
- Ребенку нужен для гармоничного развития ваше принятие и эмоциональный отклик;
- Можно выражать свое недовольство отдельными поступками ребенка, но не самим ребенком;
- Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства;
- Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическими, иначе оно перерастет в неприятие его.

Рекомендации

1. Подсчитайте, сколько раз в течение двух-трех дней вы обратились к своему ребенку с радостным, эмоциональным высказыванием, а сколько с критикой, замечанием, упреком. Положительного должно быть больше.
2. Обнимайте своего ребенка не менее четырех раз в день (утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считается).
3. Выполняя предыдущие задания, обратите внимание на реакции ребенка, и свои чувства тоже. Они изменились?

Урок второй

Что, если ребенок не слушается, или делает «не то»? Указывать на ошибки с особой осторожностью:

- Не замечать каждую ошибку;
- Ошибку лучше обсудить потом, в спокойной обстановке, а не в тот момент, когда ребенок увлечен делом;
- Замечания нужно делать на фоне общего одобрения;
- Не вмешиваться в дело, которым занят ребенок (если это не опасное занятие), если он не просит о помощи. Своим невмешательством вы будете развивать уверенность в своих силах и самостоятельность.

Рекомендации

1. Представьте себе круг дел, с которыми ваш ребенок в принципе может справиться самостоятельно, хотя и не всегда совершенно.

2. Для начала выберите из этого круга несколько дел и постарайтесь ни разу не вмешаться в их выполнение. В конце одобрите старания ребенка, несмотря на результат.

3. Запомните две-три ошибки ребенка, которые показались вам особенно досадными. Найдите спокойное время и подходящий тон, чтобы поговорить о них.

Продолжение следует!