

1. Безусловное принятие ребенка – это значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть.

2. Активное слушание – это значит «возвращать» ребенку в беседе то, что он поведал, при этом обозначив его чувство.

✓ Если вы хотите послушать своего ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом.

✓ Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует ему задавать вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.

✓ Также в беседе важно «держат паузу». После каждой вашей реплики лучше помолчать.

✓ В вашем ответе также иногда полезно повторить, что, как вы поняли, случилось с ребенком, а потом обозначить его чувство.

Помехи на пути активного слушания ребенка

а) Приказы, команды («Чтобы я этого больше не слышал», «Сейчас же перестань»). В таких фразах ребенок чувствует неуважение к его самостоятельности.

б) Предупреждения, предостережения («Смотри, как бы, не стало хуже», «Если ты не прекратишь плакать, я уйду»).

в) Мораль, нравоучения («Ты должен уважать взрослых», «Ты обязан вести себя, как подобает»). Обычно дети из этих фраз ничего нового не узнают.

г) Советы, готовые решения («А ты возьми и скажи...», «По-моему, нужно пойти и извиниться»). Дети не склонны прислушиваться к этим советам.

д) Критика, выговоры, обвинения («На что это похоже!», «Вечно ты...!»). Они вызывают у детей

активную защиту (нападение, отрицание), либо подавленность.

е) Догадки, интерпретации («Небось опять подрался», «Я знаю все из-за того, что ты...»).

ж) Обзывания, высмеивания («Какой же ты лентяй», «Плакса-вакса»). Это лучший способ оттолкнуть ребенка.

3. «Я-сообщение» – когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о нем, не о его поведении. «Я-сообщения» содержат личные местоимения: я, мне, меня. Схема «Я-сообщения»:

1. Сообщаем о своем чувстве от первого лица («Я расстраиваюсь...»)

2. Говорим о причине негативного чувства, в обобщенной форме (когда дети не убирают за собой игрушки после игры...)

3. Говорим о своем желании, пожелании, действии для ребенка (...я

бы хотела, чтобы после игры ты клал все игрушки на свое место»)

Правила, помогающие наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину

I. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.

II. Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

III. Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

IV. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.

V. Тон, в котором сообщается требование или запрет, должны быть скорее дружелюбно-разъяснительным, чем повелительным.

VI. Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

подготовлено по книге Ю.Б. Гиппенрейтер
«Общаться с ребенком. Как?»



ОБЩАТЬСЯ

Я

С

РЕБЕНКОМ

■

КАК?

*подготовлено
педагогом-психологом
Ветлугиной Н.В.*