

*Ребенок рождается, чтобы узнать
мир, а не злить родителей.
Ш. Амонашвили*

Способы эффективного общения с детьми



1. Безусловное принятие

**Безусловно принимать ребенка —
значит любить его
не за то, что он красивый,
умный, способный, отличник,
помощник и так далее,
а просто так,
просто за то, что он есть!**

Потребность в нужности другому

- ***«Как хорошо, что ты у нас родился»,***
 - ***«Я рада тебя видеть»,***
 - ***«Ты мне нравишься»,***
 - ***«Я люблю, когда ты дома»,***
 - ***«Мне хорошо, когда мы вместе...».***
-

Рекомендации...

- **обнимать ребенка несколько раз в день,**
- **четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания,**
- **а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день!**
- **И не только ребенку, но и взрослому.**



- **Знаки безусловного принятия - это как пища растущему организму, это эмоциональное питание.**

- **Если ребенок не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, нервно-психические заболевания.**



Что важнее?

- Тон важнее слов,
 - если он резкий, сердитый или просто строгий, то вывод всегда однозначный: «Меня не любят, не принимают».
 - Иногда это оформляется для ребенка не столько в слова, сколько в ощущение себя плохим, «не таким», несчастливым.
-

«КОМПЛЕКС НЕПРИНЯТИЯ»

- Обида
- Одиночество
- Отчаяние



Какие причины мешают родителям безусловно принимать ребенка и показывать ему это?

- это настрой на «воспитание»
- ребенок появился на свет, так сказать, незапланированным
- мечтали о мальчике, а родилась девочка
- ребёнок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения
- стремление компенсировать свои жизненные неудачи, неосуществившиеся мечты или желание доказать супругу и всем домашним ~~свою крайнюю необходимость, незаменимость~~

РОДИТЕЛИ СПРАШИВАЮТ:

- *«Если я принимаю ребенка, значит ли это, что я не должна никогда на него сердиться?»*
 - **Ответ.** Нет, не значит. Скрывать и тем более копить свои негативные чувства ни в коем случае нельзя. Их надо выражать, но выражать особым образом.
-

Правила:

- Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.
 - Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были.
!!! Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания.
-

Вывод:

- **Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.**
-

Задания родителям

■ Задание первое

Посмотрите, насколько вам удаётся принимать вашего ребёнка.

Для этого в течение дня (а лучше двух-трех дней) постарайтесь подсчитать, сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько – с отрицательными (упреком, замечанием, критикой).

Если количество отрицательных обращений равно или перевешивает число положительных, то с общением у вас не все благополучно.

Задание второе

- **Закройте на минуту глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете, что рады ему, что он вам дорог и близок?**
 - **А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок. Представили?**
 - **Теперь вам легче будет сделать это на самом деле, до всяких других слов и вопросов. Хорошо, если вы продолжите эту встречу в том же духе в течение еще нескольких минут.**

 - **Не бойтесь «испортить» его в течение этих минут, это совершенно немыслимо.**
-

Задание третье

- **Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день (обычные утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считаются).**
- **Примечание: Неплохо то же делать и по отношению ко взрослым членам семьи.**

Задание четвертое

- Выполняя два предыдущих задания обратите внимание на реакции ребенка, да и на свои собственные чувства тоже.
-

2. Помощь родителей. Осторожно!



Реакции детей на родительские «не так»:

- - одни **грустнеют и теряются,**
 - - другие **обижаются,**
 - - третьи **бунтуют: «Раз плохо, не буду вообще!».**
-

Вопрос: как же научить, если не указывать на ошибки?

- **Во-первых**, не стоит замечать каждую ошибку;
 - **во-вторых**, ошибку лучше обсудить потом, в спокойной обстановке
 - **В-третьих**, замечания всегда надо делать на фоне общего одобрения.
-

ЧЕТЫРЕ РЕЗУЛЬТАТА УЧЕНИЯ

- Первый, самый очевидный — это **знание**, которое он получит или **умение**, которое он освоит.
 - Второй результат менее очевиден: это тренировка общей способности учиться, то есть **учить самого себя**.
 - Третий результат — **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ след** от занятия: удовлетворение или разочарование, уверенность или неуверенность в своих силах.
-

-
- четвертый результат — след на ваших **взаимоотношениях** с ним, если вы принимали участие в занятиях.

Итог может быть:

- либо положительным (остались довольны друг другом),
 - либо отрицательным (пополнилась копилка взаимных недовольств).
-

Правило

(когда ребенок чем-то занят самостоятельно)

**Не
вмешивайтесь
в дело, которым
занят ребенок,
если он не
просит о
помощи.**

**Своим невмешательством
Вы будете сообщать ему:
«С тобой все в порядке!
Ты, конечно,
справишься!»**

3. «Давай вместе!»



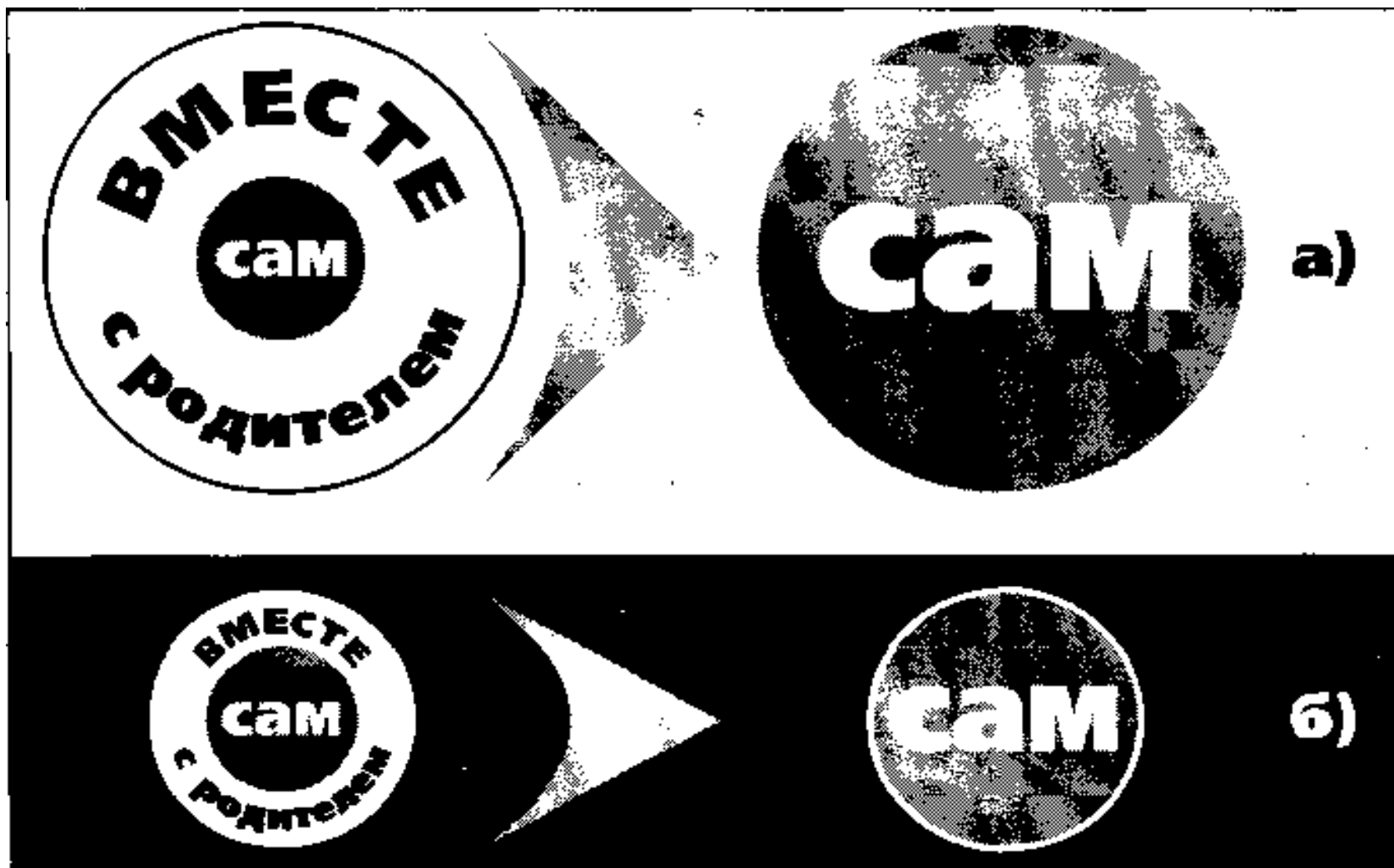
© UNICEF Bulgaria/2018

Правило 2.

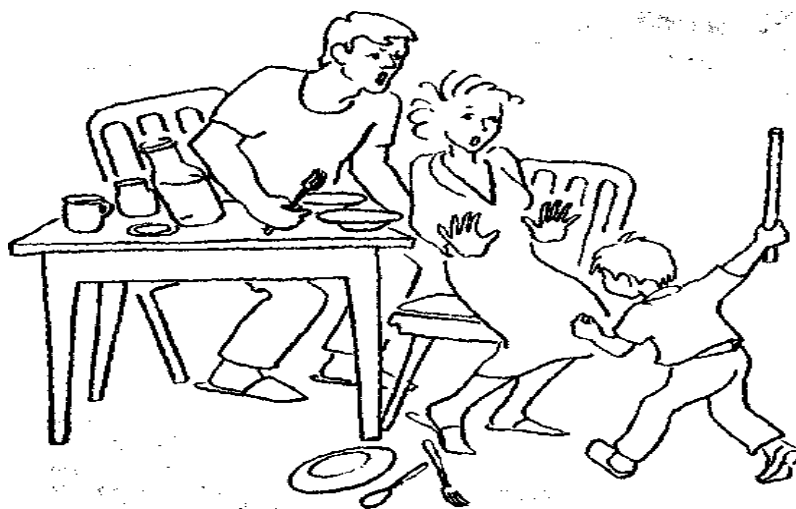
- Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.



Закон «Зона ближайшего развития ребенка»



Что бывает, когда родители регулярно отказывают?



Правило 2 с продолжением

- Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

При этом:

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

Родителей подстерегает **двойная опасность**.

- **Опасность первая** — слишком рано переложить свою часть на ребенка.
 - **Вторая опасность** — наоборот, слишком долгое и настойчивое участие родителя
-

Задания для родителей

■ Задание первое.

Выберите для начала какое-нибудь дело, которое не очень хорошо получается у вашего ребенка.

Предложите ему: «Давай вместе!» Посмотрите на его реакцию; если он проявит готовность, займитесь с ним вместе. Внимательно следите за моментами, когда можно ослабить ваше участие («отпустить руль»), но не делайте этого слишком рано или резко. Обязательно отметьте первые, даже небольшие самостоятельные успехи ребенка; поздравьте его (а заодно и себя!).

Задание второе.

Выберете пару новых дел, которые вы хотели бы, чтобы ребенок научился делать сам.

Повторите ту же процедуру.

Снова поздравьте с успехами его и себя.

Задание третье.

Обязательно в течение дня поиграйте, поболтайте, поговорите по душам с ребенком, чтобы время, проводимое вместе с вами, было для него положительно окрашено.

ВОПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ

ВОПРОС:

- Не избалую ли я ребенка этими постоянными занятиями вместе? Привыкнет все перекладывать на меня.

ОТВЕТ:

- Ваше беспокойство справедливо, в то же время от вас зависит, как много и как долго вы будете брать на себя его дела.
-

ВОПРОС:

- *Что делать, если мне некогда заниматься с ребенком?*

ОТВЕТ:

- Видимо, у вас есть «более важные» дела. Стоит осознать, что порядок важности вы выбираете сами. В этом выборе вам может помочь известный многим родителям факт, что на исправление упущенного в воспитании детей потом уходит в десятки раз больше времени и сил.

ВОПРОС:

- *А если ребенок и сам не делает, и мою помощь не принимает?*

ОТВЕТ:

- Похоже, что вы встретились с эмоциональными проблемами в ваших взаимоотношениях.
-

4. «А если не хочет?»



О трудностях и конфликтах

ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

- Проблема которая ставит в тупик взрослых: многие обязательные дела ребенок вполне освоил:
 - ему уже ничего не стоит собрать в ящик раскиданные игрушки,
 - застелить постель или
 - положить учебники в портфель с вечера и т.п.
- Но все это он упорно не делает!

Причины «непослушания»

- Возможно, вы еще не прошли с ним весь необходимый путь.
 - может быть, ему нужно просто ваше участие, моральная поддержка
 - Но чаще корень негативного упорства и отказов лежит в отрицательных переживаниях (чаще они возникают между вами и ребенком, в ваших взаимоотношениях с ним).
-

ТОН ОБЩЕНИЯ

- **Без дружелюбного, теплого тона никакие способы ничего не дадут.**
 - **Такой тон — самое главное условие успеха**
 - **если ваше участие в занятиях ребенка не помогает, больше того, если он отказывается от вашей помощи, остановитесь и прислушайтесь к тому, как вы общаетесь с ним.**
-

Позиция на равных

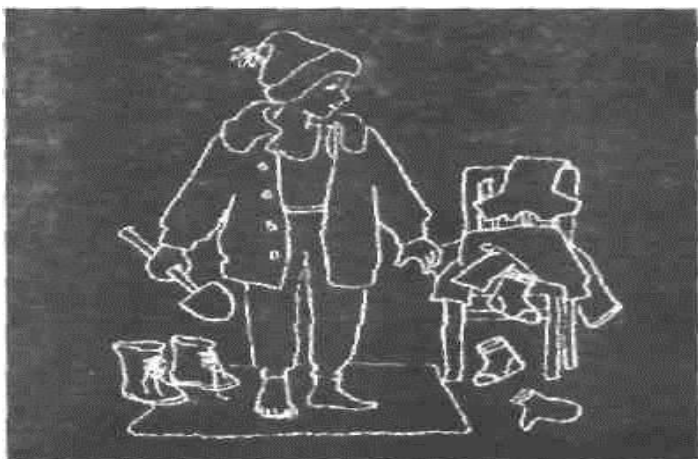
- «Руководящие указания», наверное, где-то нужны, но не в совместных занятиях с ребенком
 - Не следует занимать позицию над ребенком;
-

Организовывать себя и свои дела ребенку помогут:

Внешние средства:

- картинки для напоминания,
 - список дел,
 - записки,
 - схемы
 - написанные инструкции.
-

Помогите ребенку быть САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ



Излишне заботливые родители

- Родители, которые хотят для своих детей больше, чем сами дети.
 - Ошибка родителей не в том, что они очень хотят, чтобы их дочка или сын учились, а в том, что они этого хотят, если можно так выразиться, вместо детей.
-

- Родители, которые слишком много хотят за ребенка, как правило, сами трудно живут.
- У них не остается ни сил, ни времени на собственные интересы, на личную жизнь.
- Тяжесть их родительского долга понятна: ведь приходится все время тащить лодку против течения!



Беседа с детьми

ВОПРОС:

- **«Если бы у тебя была волшебная палочка, что бы ты у нее попросила?».**
- **Ответ:**

Девочка надолго задумалась, а потом тихо и нерешительно ответила: «Чтобы я сама хотела того, что хотят от меня родители».

Вывод:

Насколько же родители могут отнять у ребенка энергию его собственных желаний!

Парадокс:

- ***Своими стараниями родители невольнo отталкивают детей от серьезных занятий и ответственности за собственные дела.***
-

-
- **Сталкиваясь с нежеланием ребенка делать что-либо положенное ему – учиться, читать, помогать по дому, - некоторые родители встают на путь «подкупа». Они соглашаются «платить» ребенку (деньгами, вещами, удовольствиями), если он будет делать то, что от него хотят.**
 - **Этот путь очень опасен, не говоря уже о том, что мало эффективен. Обычно дело кончается тем, что претензии ребенка растут – он начинает требовать все больше и вперед – а обещанных изменений в его поведении не происходит.**
 - **Почему?**
-

-
- Человек успешно и увлеченно занимается тем, что он выбирает сам, по внутреннему побуждению.
 - *Давайте осторожнее обращаться с внешними побуждениями, подкреплениями, стимулированиями детей.*
 - *Они могут принести большой вред, разрушив тонкую ткань собственной внутренней активности детей.*
-

Закон психологии

- **Личность и способности ребенка развиваются только в той деятельности, которой он занимается по собственному желанию и с интересом.**
 - **«Можно затащить лошадь в воду, но нельзя заставить ее пить», — гласит мудрая пословица.**
-

Как избегать ситуаций и конфликтов принуждения?

- **Стоит присмотреться, чем больше всего увлекается ваш ребенок**
 - **Хорошо, если ваш ребенок расскажет вам, что именно в этих делах интересно и важно для него, и вы сможете посмотреть на них его глазами, как бы изнутри его жизни, избегая советов и оценок.**
-

-
- **Совсем хорошо, если вы сможете принять участие в этих занятиях ребенка, разделить с ним его увлечение. Дети в таких случаях бывают очень благодарны родителям.**
-

-
- **Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.**
 - **Передача им ответственности за свои дела, поступки, а затем и будущую жизнь — самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к ним.**
-

Возражения родителей

- ***«Как же мне его не будить? Ведь он обязательно проспит, и тогда будут большие неприятности в школе?»***
 - ***Или: «Если не буду заставляю ее делать уроки, она нахватает двоек!».***
-

Правило.

- **Позволяйте вашему ребенку
Встречаться с отрицательными
последствиями своих действий
(или своего бездействия).
Только тогда он будет взрослеть
и становиться «сознательным».**
-

5. Как слушать ребенка?



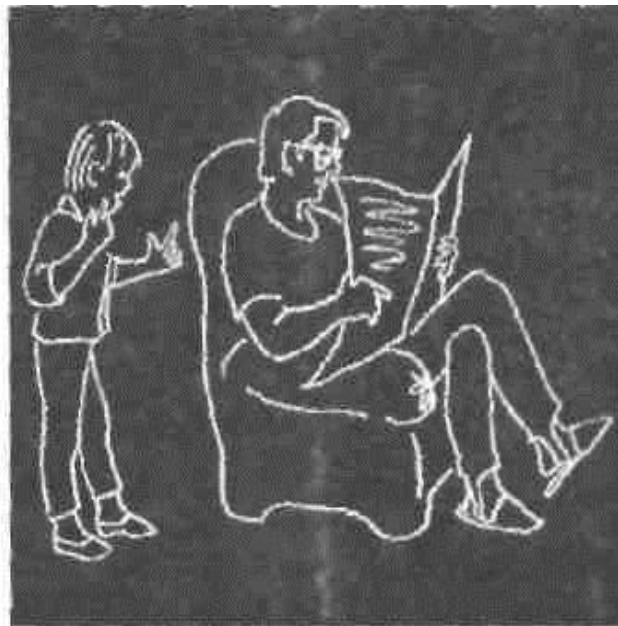
«Активное слушание».

- первое — это дать ребенку понять, что вы знаете о его переживании (или состоянии), «слышите» его.
 - Активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.
-

Особенности и правила беседы по способу активного слушания.

- **Во-первых**, если вы хотите послушать ребенка, обязательно **повернитесь к нему лицом**. Очень важно также, чтобы **его и ваши глаза находились на одном уровне**. Если ребенок маленький, присядьте около него, возьмите его на руки или на колени; можно слегка притянуть ребенка к себе, подойти или придвинуть свой стул к нему поближе.
-

- Избегайте общаться с ребенком, находясь в другой комнате, повернувшись лицом к плите или к раковине с посудой; смотря телевизор, читая газету; сидя, откинувшись на спинку кресла или лежа на диване



-
- Ваше положение по отношению к нему и ваша поза — первые и **самые сильные сигналы** о том, насколько вы готовы его слушать и услышать.
 - Будьте очень внимательны к этим сигналам, которые хорошо «читает» ребенок любого возраста, даже не отдавая себе сознательного отчета в том.
-

-
- **Во-вторых**, если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы.
 - Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.

Например:

- **СЫН (с мрачным видом): Не буду больше водиться с Петей!**
 - **РОДИТЕЛЬ: Ты на него обиделся.**
-

- **В-третьих, очень важно в беседе «держать паузу».**

- **После каждой вашей реплики лучше всего помолчать.**
 - **Помните, что это время принадлежит ребенку;**
 - **не забивайте его своими соображениями и замечаниями.**
 - **Пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом.**
 - **Помолчать хорошо и после ответа ребенка — может быть, он что-то добавит.**
 - **Узнать о том, что ребенок еще не готов услышать вашу реплику, можно по его внешнему виду. Если его глаза смотрят не на вас, а в сторону, «внутрь» или вдаль, то продолжайте молчать: в нем происходит сейчас очень важная и нужная внутренняя работа.**
-

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

НАПРИМЕР:

- ***СЫН (с мрачным видом): Не буду больше водиться с Петей!***
 - ***ОТЕЦ: Не хочешь с ним больше дружить. (Повторение услышанного).***
 - ***СЫН: Да, не хочу...***
 - ***ОТЕЦ (после паузы): Ты на него обиделся... (Обозначение чувства).***
-

Признаки того, что вам удастся правильно слушать ребенка:

- 1. Исчезает** или по крайней мере сильно ослабевает отрицательное переживание ребенка. Здесь сказывается замечательная закономерность: разделенная радость удваивается, разделенное горе уменьшается вдвое.
2. Ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, **начинает рассказывать о себе все больше**: тема повествования (жалобы) меняется, развивается. Иногда в одной беседе неожиданно разматывается целый клубок проблем и огорчений.
- 3. Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.**



- **Часто мы оставляем детей наедине с грузом разных переживаний своими решительными «Поздно!», «Пора спать», в то время как несколько минут слушания могли бы по-настоящему успокоить ребенка перед сном.**

4-ый признак активного слушания. Постепенно родители начинают обнаруживать еще по крайней мере два замечательных изменения, более общего характера.

Первое: родители сообщают, как о чуде, что дети сами довольно быстро начинают активно слушать их.

Второе изменение касается самих родителей: --

- они чувствуют, что становятся **более чувствительными** к нуждам и горестям ребенка,
- легче принимают его «отрицательные» чувства.

Пассивное слушание

- Когда ребенок, переполненный впечатлениями, говорит «не закрывая рта», все, в чем он нуждается,— это в вашем присутствии и внимании. Психологи назвали этот способ **«пассивным слушанием»** — пассивным, конечно, только внешне. Здесь употребляются короткие фразы и слова, междометия, просто мимические знаки, говорящие о том, что вы слушаете и отзываетесь на детские чувства: «Да-да...», «Ага!», «Неужели?», «Расскажи еще...», «Интересно», «Ты так и сказал!», «Вот-вот...», «И что же?», «Замечательно!», «Ну надо же!..» и т. п.
-

Активное слушание — это

- путь установления **лучшего контакта** с ребенком, способ показать, что вы **безусловно его принимаете** со всеми его отказами, бедами, переживаниями. Для появления такого контакта может понадобиться некоторое время, в течение которого ребенок убедится, что вы стали более внимательно относиться к его проблемам.
-