

Консультация для родителей: «Как разговаривать с ребенком, чтобы он услышал»

Родители часто жалуются на то, что подростки делают все по-своему и игнорируют любые советы. Конечно, это обидно. Иногда причиной может быть возрастной кризис или переходный возраст, когда ребенок похож на ежа и отрицает буквально все, что исходит от родителей. Но давайте обратим внимание и на другую причину. Как мы сами разговариваем с нашими детьми? Видит ли ребенок поддержку в наших словах, готовность помочь и понять? Сегодня мы расскажем, на чем важно сфокусироваться в общении с младшим поколением.

От чего зависит стиль общения родителей с ребёнком?

Чаще всего родители выбирают путь общения с ребенком, зависящий от собственного темперамента и представлений, как правильно.

Это может быть давление, множество требований и система поощрений и строгих наказаний.

Другой вариант полностью противоположен. Родители стараются быть всегда добрыми и мягкими, многое позволяют, не повышают голоса и надеются на то, что ребенок это оценит. Если же ребенок не оправдывает доверия, в ход идет все то же давление и ограничения.

Третий вариант самый, наверное, успешный. В этом случае родители совмещают строгость и мягкость в зависимости от ситуации. Подумайте, как строится общение в вашей семье. Возможно, вам пригодятся наши советы.

1. Меньше негативных конструкций.

Нам с детства привычно слово «нет» и частица «не». Так же мы разговариваем и с нашими детьми. Не трогай горячий чайник! Не урони тарелку! Не наступи в лужу! В результате ребенок чувствует себя недотепой, который без родительского контроля обязательно наступит в грязь, уронит что-то и разобьет.

Особенно же не стоит говорить школьнику, что он не сдаст экзамен, не поступит в институт, у него ничего не получится. Ребенок от таких заявлений не начнет стараться, он просто расстроится. Лучше использовать позитивную форму в общении.

Возьми полотенце, чтобы переставить чайник.

Держи крепче тарелку, она тяжелая.

Сконцентрируйся на математике.

Займись домашним заданием с 4 до 5, а потом поиграешь или посмотришь кино.

Такие фразы переводят ваши претензии и волнения в конструктив, подбадривают, и ребенок чувствует себя увереннее.

2. Объясните, зачем это нужно.

Мы уверены, что дети так же четко понимают следствия некоторых действий, как и мы сами.

То есть мы знаем, что если учиться хорошо, то можно сдать экзамены и поступить в хороший институт, а потом найти престижную работу. Если убираться в комнате, то будет приятно в нее заходить. Если много читать, то улучшится словарный запас и общаться с таким человеком станет интереснее.

Но дети еще не готовы схватывать причинно-следственные связи налету. Они понимают, что если поесть, то пропадет чувство голода, но связь между нелюбимым предметом и интересной профессией пока им не очевидна.

Поэтому не ленитесь объяснять, что сложная физика пригодится не только в школе (скоро мы подскажем, где именно она еще может понадобиться), приводите примеры почерпнутых из книг смешных цитат, которые можно удачно вставить в разговор, рассмешив собеседника. Ваши объяснения будут действовать гораздо лучше, чем «я сказала, быстро за уроки!».

3. Вопросы с открытым финалом.

Вспомните, как вы интересуетесь успехами ребенка. Например, он сходил к другу на день рождения. Каким будет ваш вопрос, когда он вернется? Чаще всего родители спрашивают – тебе понравилось? И ребенок отвечает односложно, да или нет.

Как вы интересуетесь его школьной жизнью? Чаще всего это вопрос – у тебя все хорошо в школе? И, конечно, получаете ответ – да. Это не очень хороший путь к взаимопониманию. Ребенок не расскажет никаких подробностей своей жизни в ответ на формальный вопрос.

Поэтому постарайтесь вытащить его из ракушки, задавайте вопросы с открытым финалом, требующие развернутого ответа.

Что тебе нравится на уроках биологии?

Что ты терпеть не можешь на физике?

Кто упражнение самое смешное на физкультуре?

Постарайтесь вытянуть по максимуму, разговорить ребенка.

Не нужно перегибать палку, например, настойчиво спрашивать, кто ему нравится. Наблюдайте, насколько он готов раскрыться, держите

необходимую дистанцию. Такая тактика подробных разговоров и необходимого отстранения сделает вас только ближе.

4. Понять и принять.

Часто еще с детского возраста родители говорят детям – “ты мальчик, перестань плакать” или “ты девочка, перестань орать и носиться”.

Если ребенок боится войти в темную комнату, ему говорят, что там нет ничего страшного, просто иди и все. Но дело в том, что это в нашем возрасте в темной комнате нет монстров. Это мы, взрослые мальчики и девочки, можем пережить обиду без слез и обойтись без беготни от счастья (и то не всегда).

У детей все происходит немного иначе. То же самое в подростковом возрасте и в юношеском. Если к вам пришли с сообщением, что ненавидят математику, постарайтесь не отвечать, что это не предмет для разговора, просто нужно пойти и сделать уроки! Иначе ваш ребенок просто замкнется и перестанет делиться своими горестями.

В детстве, когда вы сами жаловались, что боитесь спать в темной комнате, вам бы очень помогло, если бы ваша мама сказала – хорошо, я не буду закрывать дверь, и тебе не будет страшно.

Оставьте открытой дверь для своего ребенка. Выслушайте его. Вспомните себя. Скажите, что это вообще-то нормально, что нельзя любить вообще все-все. Подумайте вместе, как быть. Может быть, вы найдете преподавателя, который поможет полюбить то, что еще вчера казалось ужасным. Главное – откройте сердце навстречу страхам и проблемам ребенка.

Чтобы наладить отношения с ребенком и поддерживать их, поставьте разговоры на самое важное место.

Искренне интересуйтесь жизнью детей, подробно обсуждайте разные события, эмоции и чувства, держитесь доброжелательного тона и не давите без лишней необходимости. Вы увидите, на какие чудеса способны простые человеческие разговоры!

Главное – старайтесь не идти на поводу у эмоций, лучше попробуйте встать на сторону ребенка. Вероятнее всего, на многие вещи вы сможете взглянуть другими глазами.

Демонстрация короткометражного документального фильма «Бумеранг»

Игровая ситуация с родителями «Тоннель слов»

Не давать ребёнку права на ошибку, контролировать каждый его шаг, стремиться, чтобы ребёнок воплотил в жизнь ваши нереализованные мечты, — лучших способов, чтобы вырастить закомплексованного и инфантильного человека, просто не придумать. На случай, если вы хотите обратного, мы собрали семь важных правил воспитания от детского психолога Юлии Гиппенрейтер.

1. Любите ребёнка просто так

Ребёнку очень важно знать, что его принимают и любят без всяких условий. Не потому, что он сделал уроки, сумел не порвать брюки и вообще хорошо себя вёл, — иначе он будет жить в постоянном страхе, что стоит ему сделать что-то не так, и он потеряет право на родительскую любовь. Родителям кажется, что стоит им дать слабину, лишней раз ласково посмотрев на ребёнка и сказав ему, как он им дорог, он сразу отобьётся от рук. К счастью, всё устроено не совсем так.

«Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твёрдой вере, что награды и наказания — главные воспитательные средства. Похвалишь ребёнка — и он укрепитесь в добре, накажешь — и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства. Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребёнка ругают, тем хуже он становится. Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребёнка — это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлексy».

2. Не мешайте его естественному развитию

Если ребёнок хочет всюду залезть, постоянно пачкается, ходит по лужам, что-то ломает, разбивает и задаёт миллион вопросов — это просто значит, что с ним всё в порядке. Так он пробует себя и проявляет любознательность, необходимую для его развития.

Лучшее, что можно сделать — это не мешать. Любознательность может быстро угаснуть, если ребёнок только и слышит «не задавай глупых вопросов», «вырастешь — узнаёшь» и «хватит тебе дурацкими делами заниматься». Участие родителей в развитии ребёнка должно поддерживать его естественные стремления, а не гасить их, подменяя другими, более важными или полезными с их точки зрения.

«К детскому саморазвитию нужно относиться очень внимательно. Сейчас стали распространяться методики раннего развития, раннего чтения, ранней подготовки к школе. Но дети должны до школы играть!»

3. Поощряйте самостоятельность

Не менее важно не мешать ребёнку делать первые попытки быть самостоятельным. Желание ребёнка самостоятельно завязать шнурки должно быть встречено вниманием и уважением, даже если вы спешите. При этом вниманием молчаливым — без подсказок, советов и критических замечаний.

Если каждый раз бросаться делать всё за ребёнка со словами «дай я» и «у тебя не получится», он довольно быстро перестанет даже пытаться что-то делать сам.

«Воздержитесь от критики! Если вы проявите искренний интерес к его делу, то ваше взаимное уважение и принятие усилятся. К тому же взрослому не следует вмешиваться, если ребёнок занят делом и не просит помощи. Таким невмешательством родитель сообщает: ты справишься, у тебя хватит сил».

4. Позвольте ребёнку брать на себя ответственность

Чем старше становится ребёнок, тем больше появляется вещей, с которыми ему нужно разрешать справляться самому. Постепенно он начнёт самостоятельно переходить улицу, делать уроки, выбирать друзей. Позвольте ему это делать, но установите границы свободы: к примеру, договоритесь, что он может сам выбирать, когда садиться за уроки, но к восьми часам вечера всё должно быть сделано. Самостоятельность не должна обрушиваться на ребёнка в один миг: перед каждым шагом нужно поговорить с ним и объяснить, что вы даёте ему больше свободы не потому, что вам надоело за этим следить и «пустить что хочет, то и делает», а потому, что вы верите, что он справится. И всё равно будьте рядом — на случай, если понадобится помощь.

«Возражения бывают примерно такие: „Как же мне его не будить? Ведь он обязательно проспит, и тогда будут большие неприятности в школе?“ Или: „Если не буду заставлять её делать уроки, она нахватает двоек!“. Как это ни парадоксально звучит, но ваш ребёнок нуждается в отрицательном опыте, конечно, если тот не угрожает его жизни или здоровью. Позволяйте вашему ребёнку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться „сознательным“».

5. Не путайте заботу и родительский диктат

Родители, безусловно, должны участвовать в жизни ребёнка — но ни в коем случае не проживать её за него. Независимо от их нереализованных амбиций, у ребёнка будут свои желания и интересы. Заботиться — значит, в первую очередь прислушиваться к желаниям ребёнка, а не следовать принципу «я знаю, как для него будет лучше».

«Когда ребёнок уже не знает, чего он хочет, потому что он не привык прислушиваться к себе, — это как раз результат родительского диктата. Он оказывается беспомощным в этом смысле, и это самое страшное.

6. Не критикуйте

Во время взросления ребёнку придётся столкнуться с разными сложными вопросами, и ему будет гораздо легче с этим справиться, если он привыкнет

говорить о них с родителями. Доверие строится на добром отношении: если вашей первой реакцией на откровения ребёнка будет критика, осуждение или невнимание, во второй раз он уже ничего не расскажет.

«Представьте себе вашего лучшего друга. Как вы улыбаетесь при встрече, как радуетесь ему. Вряд ли в обществе друга вы начинаете первым делом критиковать, указывать и давать оценки».

7. Говорите ребёнку о своих чувствах

Понимать ребёнка — важно, но не менее важно и доносить до него то, что чувствуете вы. Ведь между людьми не может быть настоящей близости, если один из них не до конца откровенен. Чтобы ваша искренность не приобретала форму обычных упрёков, используйте «Я-сообщения» — так вы сможете выразить свои негативные чувства в неконфликтной форме. К примеру, вместо «Ну что у тебя за вид!» можно сказать «Я не люблю, когда мои дети ходят растрёпанными, потому что мне стыдно перед соседями».

«„Я-сообщение“ даёт возможность детям ближе узнать нас, родителей. Нередко мы закрываемся от детей бронёй „авторитета“, который стараемся поддерживать во что бы то ни стало. Мы носим маску „воспитателя“ и боимся её хотя бы на миг приподнять. Порой дети поражаются, узнав, что мама и папа могут вообще что-то чувствовать! Это производит на них неизгладимое впечатление. Главное же — делает взрослого ближе, человечнее».