**Памятка для родителей "12 против одного или что нам мешает слушать ребёнка?"**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | |  | «Хотите, чтобы дети были счастливы, научитесь быть счастливы сами»    «Не бывает счастливых детей у несчастливых родителей. Мы должны не жить ради своих детей, а на своём примере научить их заботиться о своём счастье» |   **12 против одного или что нам мешает слушать ребёнка?**  Это автоматические ответы, которые являются настоящими помехами на пути активного слушания.  **1.            Приказы, команды.**  «Сейчас же убери!», «Вынеси ведро», «Чтобы больше я этого не слышал!», «Замолчи!» — это нежелание родителей вникнуть в проблему ребёнка. Ребёнок чувствует неуважение к его самостоятельности, ощущение бесправия, а то и брошенности.  **2.            Предупреждения, предостережения, угрозы.**  «Если ты не прекратишь плакать, я уйду!», «Смотри, хуже станет», «Ещё раз это повторится, и я возьму ремень!» — угрозы бессмысленны, если у ребёнка сейчас неприятное переживание. Они лишь загоняют его в ещё больший тупик.  При частом повторении № 1 и № 2 дети к ним привыкают и перестают реагировать. А родитель переходит к жестоким наказаниям. (Однажды мама оставила девочку в лесу).  **3.            Мораль, нравоучения, проповеди.**  «Ты обязан вести себя, как подобает», «Каждый человек должен трудиться», «Ты должен уважать взрослых» — обычно дети из этого не узнают ничего нового. Ничего не меняется от того, что они слышат это в «сто первый раз». Они чувствуют давление внешнего авторитета, иногда вину, скуку, а чаще — всё вместе взятое. Дело в том, что моральные устои и нравственное поведение воспитывают не только слова, сколько атмосфера в доме через поведение взрослых.  С детьми надо обо всём беседовать, однако делать это надо только в спокойные минуты, а не в накаленной обстановке. И лучше всего после еды, если злитесь (это житейский совет).  **4.            Советы, готовые решения.**  «А ты возьми и скажи …», «Почему бы тебе не попробовать…», «По-моему, нужно пойти и извиниться»,  «Я бы на твоём месте …», — однако дети не склонны прислушиваться к нашим советам. А иногда они открыто восстают: «Ты так думаешь, а я по-другому», «Без тебя знаю!» — что стоит за таким негативными высказываниями ребёнка? Желание быть независимым, принимать решения самому. Каждый раз, советуя что-либо ребенку, мы как бы сообщаем ему, что он неопытен, а мы умнее его, наперёд все знаем. Такая позиция родителей — позиция «сверху» — раздражает детей, а главное, не оставляет у них желания рассказать больше о своей проблеме.  **5.            Доказательства, логические доводы, нотации, «лекции».**  «Пора бы знать, что перед едой надо мыть руки», «Без конца отвлекаешься, вот и делаешь ошибки», «Сколько раз тебе говорила! Не послушал — пеняй на себя!» — и здесь дети отвечают: «Отстань! Сколько можно! Хватит!» В лучшем случае они перестают нас слушать, возникает «смысловой барьер», или «психологическая глухота».  **6.            Критика, выговоры, обвинения.**  «На что это похоже!», «Опять всё сделала не так!», «Всё из-за тебя!» «Зря я на тебя понадеялась», «Вечно ты!...» Такие фразы не могут сыграть никакой воспитательной роли. Они вызывают у детей либо активную защиту: нападение, отрицание, озлобление; либо уныние, подавленность, разочарование в своих отношениях с родителями, в себе, а низкая самооценка порождает новые проблемы.           Постарайтесь обращать внимание не только на отрицательные, но и на положительные стороны поведения вашего ребёнка.           Не бойтесь, что слова одобрения в его адрес испортят его.  Иногда родители думают, что ребёнок и так знает, что его любят, поэтому положительные чувства ему высказывать необязательно. Это совсем не так!  И ещё вопрос: а мы сами хорошо бы выживали в условиях постоянной бомбардировки критикой со стороны самого близкого человека? Не ждали мы добрых слов, не тосковали бы по ним?  **7.            Похвала.**  После всего сказанного странно прозвучит рекомендация не хвалить ребенка. Необходимо различать похвалу и поощрение (одобрение). В похвале есть элемент оценки: «Молодец, ну ты просто гений!», «Ты у нас самая красивая (способная, умная)».  А как же реагировать на успехи? Лучше всего выразить ваше чувство, используя вместо местоимения «ты», местоимение «я», «мне», «Я очень рада...», вместо «Молодец!».  **8.            Обзывание, высмеивание.**  «Не будь лапшой!», «Ну просто дубина!», «Какой же ты лентяй!» — всё это — лучший способ оттолкнуть ребёнка и «помочь» ему разувериться в себе. И дети обижаются и защищаются: «А сама такая!», «Ну и пусть лапша!».  **9.            Догадки, интерпретации.**  «Я знаю, это всё из-за того, что ты..», «Небось опять подрался!», «Я всё равно вижу, что ты меня обманываешь...», «Я вижу тебя насквозь и даже на 2 метра под тобой!». В ответ вы получите защитную реакцию ребёнка и желание уйти от контакта.  **10.          Выспрашивание, расследование.**  «Нет, ты всё-таки скажи...», «Что-же всё-таки случилось? Я всё равно узнаю», «Почему ты опять получил двойку?», «Ну, почему ты молчишь?». Удержаться в разговоре от расспросов трудно. И всё-таки лучше употреблять невопросительные фразы. Вопрос звучит как холодное любопытство, а утвердительная фраза — как понимание и участие. Здесь и надо использовать технику АС и ПС.  **11.          Сочувствие на словах, уговоры, увещевание.**  Конечно, ребёнку нужно сочувствие. Тем не менее, есть риск, что слова «Я тебя понимаю..., Я тебе сочувствую» прозвучат слишком формально. Может, вместо этого просто помолчать, прижав его к себе. А во фразах типа: «Успокойся», «Не обращай внимания!», «Перемелется, мука будет», он может услышать пренебрежение к его заботам, отрицание или преуменьшение его переживания.  **12.          Отшучивание, уход от разговора.**  «Отстань!», «Не до тебя», «Вечно ты со своими жалобами!» — наступит такое время, когда ребёнок уже к вам никогда не подойдёт, даже в очень серьёзной и страшной ситуации. Вот тогда и наступает эмоциональное отчуждение в семье.    (по книге Гиппенрейтер Ю.Б.  Общаться с ребёнком. Как? – М.: «ЧеРо», 2001. – 240 с.: ил.)  **Не забывайте обнимать своих близких и говорить им слова любви!!!**  Для того, чтобы выживать ребенку в этом мире – необходимо **4 объятия**в день.  Для того, чтобы ребенок хорошо себя чувствовал – **8 объятий** в день.  Для того, чтобы интеллектуально развивался – **12  объятий**в день.  (Американский терапевт Вирджиния Сатир)     |  | | --- | | **«Всё пройдёт, и мы уйдём раньше детей. Пусть же они вспомнят Вашу ласковую руку**  **на детской головке, а не руку, оставляющую красный рубец на тельце ребёнка»** | |
|  |
|  |