

Искусство общения с детьми.

Воспитание – одна из сторон общения. Основа общения с ребенком – это *доверие* и *узнавание*. Однако это не так просто, как может показаться на первый взгляд.

Умеем ли мы общаться с нашими детьми? Слышим ли мы то, что говорят нам наши дети? Умеем ли мы слушать?

Практика показывает, что наши дети категорически не желают делиться с нами своими внутренними проблемами. Они твердо убеждены, что разговор с родителями опасен и бесполезен. В лучшем случае родители просто начнут морализировать на тему, а в худшем могут последовать санкции за то, что ребенок повел себя не так, как ожидали родители. Родители не умеют слушать и адекватно воспринимать информацию, а следовательно, исключены из сферы переживаний своего ребенка и не могут вовремя принять необходимых мер, когда это действительно нужно.

Возможно, что мы видим своих детей такими, какими хотим видеть, а не такими, какие они на самом деле, а следовательно ожидаем от них того, на что они в принципе не способны.

Мы не умеем принять свое дитя, не умеем показать ему свою любовь и то, что мы на самом деле чувствуем. Мы не понимаем своих детей. Ну и что, скажет кто-то, чьи дети уже выросли, что мы не понимаем их? Нас тоже не понимали, и ничего. Все живы. Живы-то живы, но скажите откровенно, многие ли из вас могут говорить со своими родителями на любые темы? Многих ли из вас понимают ваши мама и папа? Не страдаете ли вы от этого? Более чем уверена, ответ будет – да. Мы страдаем, когда наши родители не могут понять наших амбиций и устремлений, мы страдаем, когда они не понимают наших страхов, нам больно, когда наши родители нами пренебрегают. Так почему же мы обрекаем на те же страдания и наших детей? Каждый из нас хочет счастливой жизни своему ребенку. Так давайте же поможем ему стать по-настоящему счастливым и гармоничным человеком.

А жить в согласии с собой и своими близкими – верный признак внутренней гармонии.

Нас воспитывали в убеждении, что если дать ребенку волю быть таким, какой он есть, из него ничего хорошего не получится. Ребенка необходимо все время «тянуть вверх» чуть ли не за уши, и все время требовать, требовать... вот тогда, возможно, из него и выйдет порядочный человек. Нас учили критиковать, чтобы ребенок, услышав критику, начал становиться на путь исправления и стал таким, как *вы* того хотите. Воспитание детей, согласно этой методе, должно представлять собой комплекс оценочных суждений, моралей, критики, командами и уговорами, которые дадут ребенку понять, что именно в себе он должен изменить, чтобы понравиться окружающим.

Дети склонны оправдывать наши ожидания. Поэтому, если каждый раз, увидев джинсы, не сложенные в шкаф, повторять дочери, что она неряха, через некоторое время она ею станет. Это так же верно, как и то, что она перестанет вам доверять, отдалится, ее внутренние переживания станут вам недоступны – ведь Вы ее оскорбляете, а значит, не считаетесь с ее чувствами. Так зачем доставлять вам еще и радость знать, как ей больно?

Вся ситуация зазвучала бы по-другому, если бы вы просто сказали ей: «Дорогая, в комнате беспорядок, быть может, ты могла бы убрать вещи в шкаф? Хочешь, я помогу тебе с уборкой?» – и дочь с легким сердцем сложила бы злосчастные джинсы, а Вы помогли бы ей, а потом вы вместе отправились бы на кухню пить чай со свежими булочками, которые она купила по дороге из школы.

Когда мы перестаем обвинять детей, принимаем их со всеми их достоинствами и недостатками, они открываются нам навстречу, делят с нами все свои эмоции, переживания, пускают нас в свой мир. Мы принимаем их – значит мы их любим, так думают дети. И они правы.

Желание сделать своего ребенка таким, как нам того хочется, происходит не от любви, а от чистого, первоклассного эгоизма – я так хочу, и значит, так будет.

Чтобы ребенок поверил в наши добрые намерения, мы должны показать ему, что мы на самом деле принимаем его.

Иначе все слова так и останутся словами, и мы будем сами по себе, а наши дети – сами по себе.

Доброжелательная атмосфера общения оказывает большое влияние на развитие личности детей, ведь от нее зависят результаты воспитания, и, конечно же, общее благополучие ребенка. Неправильное же общение «отравляет» его психику, ставит под удар психологическое и эмоциональное здоровье.

«Непослушные» и «трудные» дети – это результат неправильно сложившихся отношений в семье.

Проблемы эти вполне разрешимы, если восстановить благоприятный стиль общения в семье. Но как же это сделать? Как обучиться способам правильного общения с детьми? Как построить нормальные взаимоотношения с ребенком? А сделать это возможно с помощью овладения и использования правильных навыков или техник общения.

Первое, что нужно знать каждому родителю, предпринимающему попытки наладить отношения со своим ребенком – это *безусловное принятие*. Это значит, что любить его нужно не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть.

Если Ваши отношения с ребенком напряженные, не стоит думать, будто достаточно применить какой-то способ – и все вмиг пойдет на лад. «Способы», конечно, применять надо, но без дружелюбного, теплого тона общения они ничего не дадут.

Одним из способов является *активное слушание* ребенка. Основная задача этой техники – понять говорящего, и дать ему знать об этом. При активном слушании приходится внимательно наблюдать, эмоционально отзываться, быстро схватывать смысл сказанного. И когда ребенок чувствует психологическую поддержку, он обретает возможность найти пути решения ситуаций.

Часто в общении с детьми родители используют традиционные высказывания, которые являются помехами на пути активного слушания ребенка:

- приказы, команды;
- предупреждения, предостережения, угрозы;
- мораль, нравоучения, проповеди;
- советы, готовые решения;
- доказательства, логические доводы, нотации, «лекции»;
- критика, выговоры, обвинения;
- похвала;
- обзывание, высмеивание;
- догадки, интерпретации;
- выпрашивание, расследование;
- сочувствие на словах, уговоры, увещевание;
- отшучивание, уход от разговора.

Очень важным моментом является *обсуждение взрослым вместе с ребенком того, как был проведен день*. Когда в ходе общения родитель и ребенок делятся своими радостями, горестями, опасениями, они становятся ближе друг к другу, достигают взаимопонимания.

Немаловажным является *наблюдение за ответной реакцией ребенка*. Общаясь с детьми, внимательно относитесь к тому, что вы говорите, и как они на это реагируют. Следите за выражением лица и положением тела ребенка, чтобы убедиться, что ваше общение не досаждаст ему. Если ребенок начинает объяснять что-то, оправдывая свое поведение и защищая себя, пытается что-то скрыть или его поведение и вид Вас раздражают, то это не что иное, как проявление его защитной реакции. В этом случае постарайтесь как-то подбодрить его, чтобы создать атмосферу доверия и открытости.

Если ребенок пытается сделать что-то без Вашей помощи, то нужно дать ему возможность испытать свои силы и, конечно же, когда обращается за поддержкой – не отказывать ему.

Жить в тесном семейном кругу, сохраняя добрые и здоровые отношения друг с другом, совсем не просто, ведь для этого требуются постоянное взаимодействие и

взаимовыручка. Поэтому психологи рекомендуют один раз в неделю проводить *семейные собрания*. Такие собрания помогают детям ощущать свою причастность к семейным делам, к тем решениям, которые принимаются, в результате чего они чувствуют и свою ответственность. Семейные собрания предусматривают свободное выражение мнений каждого его участника без риска, что его за это осудят. Чтобы обеспечить такую уверенность, необходимо договориться друг с другом, что во время их проведения всякая критика исключается.

Важно проводить собрания в определенный день недели в конкретное время. Существенным является его систематическое проведение и присутствие всех членов семьи. Дела, которые можно обсуждать на семейных собраниях:

- Согласование недельного распорядка каждого члена семьи с учетом режима работы или учебы.
- Планирование питания.
- Планирование отдыха, каникул и отпусков.
- Круг семейных обязанностей.
- Конфликты между членами семьи.
- Задачи каждого на неделю. Какую поддержку может ему (ей) оказать семья в выполнении этих задач.
- Личные проблемы каждого, требующие помощи со стороны того или иного члена семьи. Поощрения.
- Финансовая смета (бюджет семьи).
- Объявления.
- Семейные развлечения и увеселения.

Известный семейный психотерапевт В. Сатир рекомендует обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день!

Подводя итог, отметим, что достичь эффективного общения с ребенком можно, следуя несложным принципам:

1. Безусловно, принимать ребенка.
2. Активно слушать его переживания и потребности.
3. Осуществлять совместную деятельность (читать, заниматься).
4. Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется сам.
5. Помогать когда просит.
6. Поддерживать успехи.
7. Делиться своими чувствами (значит доверять).
8. Конструктивно решать конфликты.
9. Использовать в повседневном общении приветливые фразы.

Например:

«Мне хорошо с тобой...»,

«Мне нравится, как ты...»,

« Ты, конечно, справишься...»,

«Как хорошо, что ты у нас есть...» и другие.

10. Как можно чаще обнимать его, но не «затискивать».

Слово – тончайшее прикосновение к сердцу; оно может стать и нежным, благоухающим цветком, и живой водой, возвращающей веру в добро, острым ножом, ковырнувшим нежную ткань души, и раскаленным железом, и комьями грязи...

Словом можно убить – и оживить, ранить – и излечить, посеять смятение и безнадежность – и одухотворить, рассеять сомнения – и повергнуть в уныние, сотворить улыбку – и вызвать слезы, породить веру в человека – и заронить неверие, вдохновить на труд – и привести в оцепенение силы души.

В.А. Сухомлинский

Задания к лекции

Изучи ситуации и ответь на вопросы.

Ситуация 1.

Первоклассник Сережа очень любил рисовать. Однажды, когда никого не было дома, он решил сделать красивой ванную и изрисовал в ней всю стенку. Вечером пришла с работы мать и, заглянув в ванную, спросила:

– Кто это нарисовал?

– Это я, мамочка, сделал такую красоту! – радостно поспешил ответить Сережа.

– Я тебе сейчас «всыплю» за эту красоту! – угрожающе сказала мать и обратилась к старшей дочери Жанне:

– А ты почему разрешила ему портить стенку? Разве ты не понимаешь? В наказание мать запретила обоим играть во дворе и все рисунки приказала смыть теплой водой.

1. Права ли мать в своих действиях по отношению к сыну и дочери?

2. Как бы Вы повели себя в этой ситуации?

Ситуация 2.

Люся – третьеклассница, а ее брат Толя учится в пятом классе. Как-то в субботу до прихода матери они решили сделать ей приятное – убрать в квартире. Толя вытряхнул половики, убрал на балконе, а Люся помыла полы. Она очень старалась, чтобы везде было чисто. Но под кроватью и под шкафом вымыть забыла.

Мать возвратилась с работы и с радостью воскликнула:

– Вот молодцы, дети! Вы мне здорово помогли!

Потом она внимательно посмотрела вокруг и неожиданно спросила дочь:

– Когда ты умываешься, то разве моешь только нос?

– Нет, я мою все лицо, – ответила Люся, не понимая, к чему мать это спросила.

– Так комната тоже лицо нашей квартиры. Почему же ты вымыла ей только нос? – смеясь, сказала мать.

Тут девочка все поняла, рассмеялась вместе с матерью и стала домы-вать полы. С тех пор она моет полы так, что матери не приходится делать ей замечания.

1. Как могла бы реагировать дочь, если бы мать приказала ей тут же перемыть полы?

2. Права ли мать, построив общение с детьми в такой форме?

3. Помогают ли Вам шутка и юмор в общении с детьми?

Ситуация 3.

Второклассник Леня в начале учебного года ни одного упражнения по русскому языку не мог выполнить без исправлений. Все его тетради были исчерканы.

– Ты опять назачеркивал! – укоряла сына мать.

– Я не хотел, я нечаянно, – отвечал он и бежал играть на улицу к друзьям.

Однажды мать (она работала в магазине недалеко от дома) предупредила:

– Когда выполнишь упражнение по русскому языку, принеси мне на проверку.

Леня, как всегда, намазал в тетради и пошел к матери. Она проверила и приказала:

– Перепиши упражнение заново и принеси мне снова на проверку!

Без исправлений не обошлось и на этот раз. Опять пришлось переписывать.

А на улице солнышко, возгласы играющих друзей. С неохотой сидел Леня за столом и медленно выводил слова. Когда все было переписано, получилось единственное исправление. Мать посмотрела в тетрадь, потом погладила сына по голове и сказала:

– Вот молодец! А завтра постарайся выполнить упражнение без единого исправления.

1. Объясните, почему требование матери оказало влияние на сына.

2. Какие чувства вызвало у Лени одобрение матери?

3. Вспомните, как часто Вы применяете осуждение и одобрение при общении с детьми.