

Стратегии эффективного общения с детьми



Чтобы стать успешным и счастливым, конечно, ребенку недостаточно быть «накормленным и одетым». Он нуждается в ежедневном подтверждении, что важен близким как личность, они интересуются не только его оценками, но и переживаниями. Дети должны быть уверены, что родители выслушают и помогут, поймут и поддержат.

Важные правила общения в семье, которые помогут вашему ребенку стать увереннее и развить коммуникативные качества:

1. Разговаривайте друг с другом

У каждого человека есть потребность говорить с окружающими и слушать, что говорят они. Нормальное полноценное общение друг с другом необходимо и детям, и родителям. Разговаривая, учитывайте возраст, интересы и особенности ребенка. Не стройте общение только из рассказа о чем-либо или поучении. Общение – это умение выслушать мнение ребенка, понять его эмоциональное состояние. Если Вы чем-то заняты и не можете выслушать ребенка, не делайте вид, что слушаете его. Скажите, что заняты, что поговорите с ним позже.

2. Учитесь слушать ребенка

Способность слушать — ключ к взаимопониманию. Ваш ребенок хочет, чтобы его слушали, не перебивали, не вступали с ним в спор, интересовались его чувствами, взглядами, мыслями, идеями, не настаивали на том, чтобы он слушал только взрослого. Делитесь своими чувствами и интересуйтесь чувствами детей.

3. Рассказывайте детям о себе

Если вы можете поделиться с ребенком своими неудачами, проблемами и бедами он легче увидит в вас не только родителя, но и друга, с которым он может, в свою очередь, поделиться чем-то важным.

4. Умейте поставить себя на место ребенка

Посмотрите на мир глазами своего ребенка, вспомните, как, возможно, и ваши родители критиковали ваши «клешки», длинные волосы, «битлов». Дайте детям почувствовать, что вы их понимаете.

5. Будьте рядом

Важно, чтобы дети знали, что дверь к вам всегда открыта, что у них есть возможность поговорить или просто побыть рядом с вами. Нежные прикосновения и теплый взгляд – это тоже общение, и иногда очень необходимое.

6. Будьте тверды и последовательны

Твердость — не значит агрессия. Это значит, что детям известны ваши взгляды на жизнь и естественное желание, чтобы их уважали. Не меняйте своих позиций под влиянием ситуаций. Хорошо, если в семье есть определенные правила и ограничения, которые меняются с возрастом ребенка. Например, полезное семейное правило — звонить, если задерживаешься. Ему должны следовать и дети, и взрослые.

7. Старайтесь все делать вместе

Нужно как можно активнее развивать круг интересов детей, чтобы показать им альтернативу, если вдруг им представится выбор, где одним из предложенных вариантов будет вредное вещество.

8. Дружите с друзьями своего ребенка

Пусть они приходят к вам в дом, или вам должно быть известно место, где они собираются.

9. Помните, что каждый ребенок — уникальный

Помогите ему поверить в себя, решиться сделать то, что у него до этого не получалось. Благодарность, похвала и комплименты должны звучать чаще, чем критика и замечания. Принимайте ребенка таким, какой он есть. Любить детей нужно не из-за внешних или внутренних качеств, а за то, что они есть. Не бойтесь говорить ребенку, что он вам дорог и важен.

10. Показывайте пример

Вы — пример для вашего ребенка. Помните об этом, и сами старайтесь соответствовать тем строгим требованиям, которые предъявляете к своему ребенку.

Педагог-психолог

Нестерук Екатерина Петровна