## Что мешает нам понять ребенка?

Часто в самом общении мы можем стать более эффективными и найти тот путь к ребенку, который поможет лучше понять друг друга, сгладит конфликт и выстроит путь доверия. Это способ, как не просто слушать, а слышать.

Родителям, которые пытаются научиться активному слушанию, часто мешают привычные ответы. Психологи выделили **типы таких традиционных родительских высказываний** — настоящих **помех** на пути активного слушания ребенка. Их оказалось целых двенадцать! Давайте же познакомимся с этими типами **автоматических ответов** родителей, а также с тем, что слышат в них дети.

1. **Приказы, команды** : «Сейчас же перестань!», «Убери!», «Вынеси ведро!», «Быстро в кровать!», «Чтобы больше я этого не слышал!», «Замолчи!».

В этих категоричных фразах ребенок слышит **нежелание родителей** вникнуть в его проблему, чувствует неуважение к его самостоятельности. Такие слова вызывают чувство бесправия, а то и брошенности «в беде». В ответ дети обычно сопротивляются, «бурчат», обижаются, упрямятся. Заметим, что в этом разговоре первые же ответы мамы на слова мальчика («Не можешь сам справиться», «Тебе не нравится рубашка») настраивают ее на то, чтобы действительно послушать его, услышать его ответы, а не только свои приказания, В результате сын охотно делится своей действительной проблемой, и мать готова ее принять. Если же разговор идет первым способом, то неизбежно появляется следующий тип родительских фраз.

2. **Предупреждения, предостережения, угрозы** : «Если ты не прекратишь плакать, я уйду», «Смотри, как бы не стало хуже», «Еще раз это повторится, и ты будешь наказан!», «Не придешь вовремя, пеняй на себя». Угрозы бессмысленны, если у ребенка сейчас неприятное переживание. Так, в конце первого разговора мама прибегла к угрозе: «...так и пойдешь, все ребята увидят, какой ты неряха», на что последовали слезы и выпад мальчика в адрес мамы. Угрозы и предупреждения плохи еще и тем, что при частом повторении. Дети к ним привыкают и перестают реагировать.

3. **Мораль, нравоучения, проповеди** : «Ты обязан вести себя как подобает», «Каждый человек должен трудиться», «Ты должен уважать взрослых». Обычно дети из таких фраз не узнают ничего нового, потому что они слышат это в «сто первый раз». Они чувствуют давление внешнего авторитета, иногда

вину, иногда скуку, а чаще всего все вместе взятое. Дело в том, что моральные устои и нравственное поведение воспитываются в детях не столько словами, сколько атмосферой в доме, через подражание поведению взрослых, прежде всего родителей. Если же он нарушает «нормы поведения», то стоит посмотреть, не ведет ли себя кто- то в семье так же или похожим образом. Если эта причина отпадает, то, скорее всего, действует другая: ваш ребенок «выходит за рамки» из за своей внутренней неустроенности, эмоционального неблагополучия. Значит ли это, что с детьми не надо беседовать о моральных нормах и правилах поведения? Совсем нет. Однако желательно делать это надо **только в их спокойные минуты**, а не в накаленной обстановке. В противном случае накал может возрастать.

**4. Советы, готовые решения** : «А ты возьми и скажи...», «Почему бы тебе не попробовать...», тебе, нужно пойти и извиниться», «Я бы на твоем месте дал сдачи». Примеры про себя тоже входят в эту группу. Но ведь и нам взрослым, не всегда приятны чужие советы. А дети гораздо чувствительнее нас. Каждый раз, советуя, что либо ребенку, мы как бы сообщаем ему, что он еще мал и неопытен. 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 опаздывать нельзя», «Без конца отвлекаешься, вот и делаешь ошибки», «Сколько раз тебе говорила! Не послушалась — пеняй на себя». И здесь дети отвечают: «Отстань», «Сколько можно», «Хватит!». В лучшем случае они перестают нас слышать, возникает то, что психологи называют «смысловым барьером» или «психологической глухотой».

**6. Критика, выговоры, обвинения** : «На что это похоже!», «Опять все сделала не так!», «Все из за тебя!», «Зря я на тебя понадеялась», «Вечно ты!..». Вы, наверное, уже готовы согласиться с тем, что никакой воспитательной роли такие фразы сыграть не могут. Они вызывают у детей либо активную защиту: ответное нападение, отрицание, озлобление; либо уныние, подавленность, разочарование в себе и в своих отношениях с родителем. В этом случае у ребенка формируется низкая самооценка; он начинает думать, что он и в самом деле плохой, безвольный, безнадежный, что он неудачник. Первый и главный путь: постарайтесь обращать внимание не только на отрицательные, **но и на положительные стороны** поведения вашего ребенка. **Не бойтесь, что слова одобрения в его адрес испортят его.** Нет

ничего более пагубного для ваших отношений, чем такое мнение. Для начала найдите в течение дня несколько положительных поводов сказать ребенку добрые слова. Например: «Спасибо, что ты сходил в сад за малышом», «Хорошо, что ты пришел, когда обещал», «Мне нравится готовить с тобой вместе». Иногда родители думают, что ребенок и так знает, что его любят, поэтому положительные чувства ему высказывать необязательно. Но это не всегда так.

7. **Похвала**. После всего сказанного, наверное, неожиданно и странно прозвучит рекомендация не хвалить ребенка. Чтобы разобраться в кажущемся противоречии, нужно понять тонкое, но важное различие между **похвалой** и **поощрением**, или **похвалой** и **одобрением**. В похвале есть всегда элемент оценки: «Молодец, ну ты просто гений!», «Ты у нас самая красивая (способная, умная)!», «Ты такой храбрый, тебе все нипочем». Чем плоха похвала оценка? Во -первых, когда родитель часто хвалит, ребенок скоро начинает понимать: где похвала, там и выговор. Во вторых к частой похвале быстро привыкают или она может также казаться не искренней.

8. **Обзывание, высмеивание**: «Плакса вакса», «Не будь лапшой», «Ну просто дубина!», «Какой же ты лентяй!» Все это — лучший способ оттолкнуть ребенка и «помочь» ему разувериться в себе. Как правило, в таких случаях дети обижаются и защищаются: «А сама какая?», «Пусть лапша», «Ну и буду таким!». Как правило, такие обзывания вызывают гнев, обиду и даже ненависть в адрес обидчика или неверие в себя, принятие того, что я такой и есть. И конечно, если взрослым это допустимо, то в будущем ваш ребенок будет употреблять такие словечки, возможно и в ваш адрес.

**9. Догадки, интерпретации** : «Я знаю, это все из за того, что ты...», «Небось опять подрался», «Я все равно вижу, что ты меня обманываешь...» И в самом деле: кто из ребят (да и взрослых) любит, когда его «вычисляют»? За этим может последовать лишь защитная реакция, желание уйти от контакта.

10. **Выспрашивание, расследование** : «Нет, ты все таки скажи», «Что же все таки случилось? Я все равно узнаю», «Почему ты опять получил двойку?», Удивительно, как одно, совсем, казалось бы, незначительное изменение в ответе взрослого ( вместо: «Почему же ты злишься?» — «Я чувствую, что ты злишься») может по разному развернуть разговор. Порой разница между вопросом и утвердительной фразой может показаться нам почти незаметной. А для переживающего ребенка эта разница велика: вопрос звучит как

холодное любопытство; утвердительная фраза — как понимание и участие.

**11. Сочувствие на словах, уговоры, увещевания**. Конечно, ребенку нужно сочувствие. Тем не менее есть риск, что слова «я тебя понимаю», «я тебе сочувствую» прозвучат слишком формально. Может быть, 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.** Тем самым мы показываем ребенку, что его переживания не важны, даже над ними можно посмеяться. Но это может еще больше разозлить ребенка и заставит его закрыться. Юмор хороший метод, но лучше его использовать, когда накал переживаний снизиться.

Психологи всего мира потратили много усилий, чтобы усовершенствовать навыки общения между родителями и детьми. В основе новых навыков общения, которыми мы пытаемся овладеть, лежат гуманистические принципы: уважение к личности ребенка, признание его прав на собственные желания, чувства и ошибки, отказ от родительской позиции «сверху».

*По книге Ю. Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?»*