

Консультация родителей

Как научиться родителям слушать и слышать ребенка?

Подготовила: А.Н. Круглова

Ребенок и родитель непрерывно взаимодействует друг с другом. Это происходит, когда родитель учит и приучает, когда кормит и гуляет, наказывает и играет. От того, как проходит общение, зависят и результаты воспитания, и конечно общее благополучие ребенка и родителя.

Атмосфера зависит не только от характера взрослого и не только от поведения ребенка. Она создается благодаря овладению и использованию **навыков** общения. В случаях, когда ребенку трудно справиться с ситуацией, пережить неудачу, выразить еще не вполне ясные чувства или мысли помогает техника активного слушания.

При активном слушании ваша задача – **понять** ребенка, и **дать ему знать** об этом, то есть вы повторяете то, что сказал собеседник, и при этом называете его чувство или состояние. И это чувство очень важно для каждого: происходит то, о чем говорит мудрая пословица:

«Разделенное горе уменьшается вдвое, а разделенная радость вдвое усиливается».

В данном случае родителям можно рекомендовать повторить отдельное слово, или фразу, если человек ребенок говорил долго, то можно сделать резюме.

Наряду с Активным слушанием используется так называемое Пассивное слушание. Это тоже форма активного внимания к проблеме собеседника, только с малым количеством слов. Это могут быть отдельные слова, междометия, кивки головы, внимательный взгляд.

В технику активного слушания входит также ряд других правил и рекомендаций:

Очень важно после вашего ответа **держаться паузу**. Она нужна для того, чтобы дать ребенку пространство и время подумать и, может быть, сказать больше. Она же дает вам возможность сосредоточиться на собеседнике, отстраняясь от собственных мыслей, оценок и чувств. Такое умение

отстраняться от себя и переключаться на внутренний процесс собеседника – одно из главных и трудных условий активного слушания. Когда оно выполняется, между вами и собеседником возникает - доверительный контакт.

Еще одна важная подробность касается ваших интонаций. Повторять сказанное нужно в **утвердительной**, а не вопросительной форме. Когда вы задаете вопрос, то это значит, что вы хотите информировать себя. А когда вы произносите ту же фразу в утвердительной форме, вы рассказываете собеседнику то, что слышали о нем. Например, страдание на лице другого, в одном случае вы можете спросить: «Тебе больно?»; в другом случае вы произнесете утвердительно: «Тебе больно». Где прозвучит больше сочувствия и понимания.

Чтобы поддерживать контакт, полезно также подстраиваться под собеседника **невербально**, то есть повторять его позу, мимику, жесты, интонации, громкость и темп голоса, движения глаз и головы. Важно, чтобы ваши глаза находились на уровне его глаз.

Есть несколько рекомендаций, которые начинаются с «**не**»:

Не начинать слушать, если нет времени.

Не расспрашивать. Прямые вопросы и тем более расспросы нежелательны.

Не давать советов. Советы – это первое, что обычно приходит в голову, когда возникает желание помочь, на самом деле советы не работают и решить эмоциональную проблему за человека не может никто.

Таким образом, прежде всего, стоит помнить, что:

Человек – независимо от того, ребенок это или взрослый – может сам находить пути к решению своей проблемы, если он получает психологическую поддержку со стороны членов его семьи.

Поддержка состоит из четырех основных составляющих:

1. вы находитесь рядом и даете ему возможность выговориться;
2. вы показываете, что знаете о его чувствах, так как точно их называете и разделяете их, о чем он узнает по вашему виду и интонациям;
3. вы грубо не вмешиваетесь в его переживание, делая паузы и оставляя ему пространство для размышлений и внутренней работы;
4. своим невмешательством передаете веру в то, что у него есть запас собственных сил и способностей.

Используя активное слушание, родитель, довольно быстро начинает замечать в себе положительные изменения: его начинают меньше раздражать слова и действия ребенка или близких, он становится более спокойным и терпимым. Родитель начинает лучше понимать потребности ребенка, мягче реагировать на его «отрицательные» действия, больше понимать их причину.

Маленькому ребенку обычно дают знать, что его любят, через доброе обращение с ним, а особенно – через объятия. Все вышперечисленное будет формировать его уверенность в себе и движение к успеху, а также создаст прочный фундамент для доверительных отношений, взаимопонимания и роста личности.

Список использованной литературы

1. **Чуприкова Н. И.** Психология умственного развития: Принцип дифференциации. — М.: АО “СТОЛЕТИЕ”, 1997—480 с.
2. **Арнаутова, Е. П.** Поддержка воспитательных ресурсов семьи — стандарт работы дошкольного образовательного учреждения / Е. П. Арнаутова // Детский сад от А до Я. — 2015. — № 1. — С. 4—13.
3. **Богословец, Л. Г.** Управление качеством дошкольного образования: метод, пособие / Л. Г. Богословец, А. А. Майер. — М.: ТЦ Сфера, 2013. — 140 с.
4. **Гиппенрейтер Ю.Б.** Продолжаем общаться с ребенком. Как? – М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2008. – 251 с.