

Как научить ребенка слушать и слышать родителей



Каждому родителю знакома ситуация, когда их ребёнок не реагирует на просьбы, игнорирует обращение к нему взрослых. Родители повторяют вопрос или просьбу несколько раз, терпение заканчивается, и родитель переходит на крик и угрозы. За этим следует сцена с плачем, капризами и истерикой. Если продолжать общаться таким образом, это скоро становится привычкой. И вот уже ребёнок сам начинает покрикивать на родителей.

Так, что и как нужно говорить, чтобы ребёнок слушал?

И не просто слушал, а понимал, что от него требуется, и принимал слова мамы или папы как руководство к действию.

Вот 7 основных правил:

1. Привлечь внимание. Если ребёнок сосредоточен на каком-то занятии, ему трудно переключиться. Нужно присесть перед ним, взять за руки и сказать, глядя в глаза: «Послушай меня, у меня есть к тебе просьба...» После такого обращения он обязательно выслушает взрослого.

2. Формулировать просьбу кратко и понятно. Ребёнок не может удерживать внимание долгое время. Длинную фразу он просто не поймёт. Любое сложное действие можно разбить на несколько простых. Сделал одно, можно говорить о следующем, т.е. выдавать пошаговые инструкции.

3. Просьба должна быть утвердительной. Команды с частицей «НЕ» мозг не воспринимает. Говоря, «не лезь в лужу», родители получают противоположную реакцию, потому, что ребенок слышит «лезь в лужу» и выполняет то, что понял. Это касается не только маленьких детей. Если человек желает чего-то достичь, он должен формулировать свои цели утвердительными предложениями.

4. Просить, а не приказывать. Если мама попросит сына или дочь о помощи, то ей наверняка помогут. Важно использовать в просьбе местоимение «Я» вместо «Ты!». Фраза «Ты должен убрать игрушки» действия не возымеет. А если мама скажет «Я хочу, чтобы ты мне помог убрать игрушки», то на такую просьбу откликнутся.

5. Быть последовательными. Если родители устанавливают правила поведения, то эти правила должны выполняться всегда. Даже тогда, когда уставшей маме хочется самой быстренько собрать эти игрушки, а не дожидаться, когда их соберёт сын. Непоследовательность ведёт к конфликтам и истерикам. Ребёнок не может понять, почему вчера можно было нарушить договоренность, а сегодня нельзя.

6. Формулировка просьбы не должна быть в виде вопроса. Мама спрашивает: «Ты не мог бы убрать эти игрушки?», и получает очень искренний ответ: «Нет!». Не стоит задавать вопрос, ответ на который не может быть принят. Это касается и детей постарше. Если у подростка спрашивают «сколько денег ему нужно на поход в кино», не удивляйтесь заоблачной цифре, которую он озвучивает в ответ. Узнать стоимость билета несложно, добавить небольшую сумму на мороженое и поставить мечтателя перед фактом.

7. Объяснять свою просьбу. Если выполнение родительского пожелания не кажется ребёнку обязательным, то могут помочь объяснения. «Нужно вернуться домой с прогулки вовремя, потому что мама должна успеть приготовить обед».

Приучая ребёнка слушать и слушаться, начинайте с простых просьб, и с просьб, которые он выполняет охотно. Поощряйте и хвалите его за малейшие успехи. Пусть маленький человек поймёт, что слушаться родителей может быть приятно. Это сделает его увереннее, появится стремление к хорошему поведению. Но в этом тоже нужно знать меру: похвалы каждые пять минут могут обесценить это действие. Малыш может утвердиться в мысли, что его должны хвалить все и за всё.

Родители должны набраться терпения и контролировать свои эмоции. Крик и раздражение ничему помочь не могут. Просьбы взрослых должны быть спокойными и чёткими. Обоснованные объяснения помогают понять требования и осознать их необходимость. Результат обязательно контролируется. Приучая ребёнка слушать и слушаться, родители создают возможность воспитать развитого и думающего человека.



Спасибо за внимание!