

Как говорить так, чтобы ребенок слушал



1. В разговоре с ребенком рекомендуется опуститься на уровень глаз, чтобы он смог общаться с вами **«на равных»**. Когда вы занимаете позицию сверху вниз, вы кажетесь в авторитарной позиции.

2. В разговоре обращайтесь к ребенку по имени, **говорите уверенно**, но при этом **мягко**. **Слова и фразы вежливости** (спасибо, пожалуйста) не только покажут ребенку ваше хорошее отношение, но и научат его быть вежливым.

3. Некоторые дети **плохо воспринимают длинные фразы и рассуждения**. Они между собой разговаривают короткими предложениями, которые вмещают всю необходимую информацию. Ваша **просьба должна содержаться в одной фразе**. А чтобы убедиться, что ребенок понял- попросите **повторить вашу просьбу**. Если он не может, путается –ваша формулировка была для него сложной. Детям **до трех лет лучше повторять просьбу несколько раз**, чтобы они лучше ее восприняли и запомнили. А со старшими детьми такой вариант не подходит – **повторение просьбы вызовет у них только раздражение**.

4. Если ребенок 2-4 лет не хочет что-либо делать, то нужно найти **причину** для выполнения просьбы и оформить её в **простую фразу**. К примеру, если он не хочет одеваться для выхода на улицу, то скажите так: «Оденься, чтобы пойти гулять».

5. Используемую фразу с формулировкой **«если..., тогда»** лучше заменить на формулу **«когда..., можно будет»**. К примеру, фразу «Если уберешь игрушки, тогда и будешь смотреть мультики» можно будет заменить на «Когда уберешь игрушки, можно будет посмотреть мультики».

6. Если нужно позвать ребёнка из другой комнаты, лучше зайти к нему и

попросить подойти: дети могут не услышать, им трудно отвлекаться от того, что интересно.

7. Если ребенок 2-4 лет не хочет что-либо делать, то можно создать для него **«иллюзию выбора»**. То есть, если он не хочет готовиться ко сну по всем правилам, то можно спросить: **«Что ты хочешь сначала делать – чистить зубы или надевать пижаму?»**. Ребенку **важно самому решать, что он хочет делать**.

8. Иногда дети правда не знают ответ на вопрос: **«Зачем ты это сделал?»**. Скажите: **«Давай поговорим о том, что ты сделал»** - и обсудить эту ситуацию вместе. Обсуждения лучше вести, когда ребенок спокоен. Разговаривать с перевозбужденным малышом, который только что плакал или истерил – бесполезно.

9. Что касается общения с капризничающим и хныкающим ребенком, то здесь нужно учитывать такое правило: **чем громче он кричит, тем спокойнее и тише говорите с ним**. Если вы будете кричать на него - это никак не поможет.

10. Общайтесь со старшими детьми (от 7 лет) при **помощи записок**, оставленных **на столе или дверце холодильника**. Пусть они будут немного с юмором и разными «приколами» – это нравится детям, и такую просьбу они выполняют с большим желанием.

11. Если нужно **отказать** ребенку в какой-либо просьбе, то постарайтесь предложить ему **альтернативу**, к примеру: **«Не поедем на фестиваль, но пойдем поиграем на детскую площадку»**. Если отказываете, делайте это уверенно. Детям важно и нужно слышать в своей жизни отказы. В жизни не бывает всегда «Да».

17. Ставьте ребенка в **известность касательно своих планов**. Это снизит количество истерик и тревожности.

18. Если вам нужно ответить ребенку категоричным отказом, то лучше просто сказать твердое **«нет»** - но без крика и каких-либо осуждений, строгим и холодным тоном.

Что может быть, если говорить фразы:

- «Будешь так себя вести, тебя заберет соседская собака/любой другой монстр» - так можно сформировать необоснованные страхи у ребёнка на всю жизнь;

- «А я догадался, откуда у тебя руки растут!» - этой фразой можно навредить самооценке дошкольника, которая только формируется;

- «Ну-ка не реви! Ты же мальчик!» - этой фразой Вы не успокоите ребёнка, а вызовете подавление эмоций. Подавляемые эмоции сложно будет осознавать и контролировать.

- «Да мы с отцом все для тебя... Всю жизнь посвятили, все деньги вбухали! Вот

этими самыми мозолистыми руками!» - эта фраза лишь подарит Вашему ребёнку чувство вины;

- «Эх, я-то в твои годы! Побеждал на соревнованиях по метанию ведра. Вся школа меня боялась!» - ещё одно не достижение эталона. Так ребёнок будет чувствовать себя ни на что не способным;

- «Она еще и компот весь допила, не то, что ты!» - этой фразой также можно сформировать у ребёнка неадекватно низкую самооценку;

- «Все равно поедem на каникулы в тундру. И меня не волнует, что ты там хочешь»
- после этой фразы ребёнок может решить, что он не важен для Вас. Даже если вас правда не волнует это, можно просто не говорить подобное. Полагаю, и взрослому, и ребенку будет неприятно слышать подобное.

- «Ну-ка крошки собрал! Вышел из-за стола!» - подобные авторитарные фразы могут влиять на формирование у ребенка чести и достоинства ребенка.

- «Что? Ты боишься спать один? Не выдумывай!» - эта фраза означает для ребёнка: «Родитель в упор не видит твоих проблем».