

ПОЧЕМУ РЕБЕНОК НЕ СЛЫШИТ И НЕ СЛУШАЕТСЯ?

В среднем ребенок слышит 430 замечаний в течение дня, положительных из них всего 30. Понаблюдайте за собой: что вы обычно говорите, когда обращаетесь к ребенку с той или иной просьбой? Как часто вы благодарите его за то, что он делает? Сколько раз в день хвалите? А ведь это тоже замечания, только со знаком плюс, и на них, как правило, дети реагируют.



А вот негативные пропускают мимо ушей. Если ребенок по 10 раз в день слышит «Отстань!», «Прекрати!», «Опять за свое», «Хоть бы минут посидел спокойно», то со временем такие замечания становятся фоновыми, и он просто перестает обращать на них внимание. То же самое с просьбами, которые мы высказываем приказным тоном и за выполнение которых критикуем. Зачем что-то делать, если старания все равно не оценят, а мнением не интересуются?

Если мы в чем-то обвиняем ребенка или угрожаем ему («Быстро убери игрушки, а то папа придет и накажет тебя!»), он становится в оборонительную позицию и не слышит даже самых разумных доводов. Ему кажется, что он в опасности, поэтому сначала нужно защитить себя, а потом разбираться с тем, о чем просят.

Как говорить, чтобы ребенок слышал?

Не надо сражаться с детьми и постоянно выяснять, кто в семье главный. Намного проще (и спокойнее для всех!) научиться взаимодействовать друг с другом. Для этого понадобится время, терпение и несколько несложных шагов.

- 1. Хвалите ребенка.** Хвалите ребенка хотя бы пять раз в день. И не бойтесь перехвалить — именно положительное подкрепление мотивирует ребенка помогать и делать все правильно.
- 2. Критикуешь — предлагай.** Лучше обсудить, почему не вышло и что можно сделать, чтобы следующая попытка была удачной.
- 3. Составляйте план.** Планировать и отмечать сделанное вместе — в силу особенностей психики они легко отвлекаются и забывают, о чем их просят.
- 4. Будьте конкретными.** С детьми хорошо работают утвердительные и максимально конкретные фразы: вместо «Не кричи» — «Говори тише», вместо «Не бегай» — «Давай пойдем помедленнее», вместо «Не бросайся песком» — «Давай поиграем в другую игру», вместо «Прекрати» — «Давай сделаем что-то другое».
- 5. Говорите о своих чувствах.** Говорите не про ребенка и его проступок, а про то, что вас расстроило или огорчило. Например, если ребенок выбежал на дорогу, то вместо того, чтобы кричать на него, скажите: «Я очень испугалась за тебя. На дороге много машин, и вместо веселых прогулок можно попасть в больницу». Это сработает намного лучше, чем окрик: «Ты что, с ума сошел? Совсем не смотришь куда идешь?».
- 6. Объясняйте и рассказывайте.** Дети охотнее реагируют на те просьбы, смысл которых понимают. Если вы просите убрать игрушки или развесить вещи в шкафу, то объясните, почему это нужно сделать (на игрушки можно наступить, а аккуратно развешенные вещи не надо гладить, и вместо того, чтобы стоять у гладильной доски, вы сможете поиграть в настольную игру или почитать книгу).