

Как говорить с детьми правильно?



УЧИМСЯ ГОВОРИТЬ СО СВОИМИ ДЕТЬМИ

Шёпот. Крик - проявление вашей слабости. Но дети, особенно маленькие, реагируют на интонацию больше, чем на содержание речи. Как же достучаться до непосед без повышенных тонов? Проверено: единственное лекарство, которое действует эффективнее, чем вопли (пусть они даже из самых лучших побуждений), - это когда вы наклоняетесь к уху вашего малыша, установив перед этим зрительный контакт, и начинаете говорить - очень тихо. Это требует от взрослых высокого самообладания. Зато даёт поразительные результаты.

Может быть. Потому что сказать традиционное «нет» - как будто снять малыша с предохранителя. Запрет «в лоб» может спровоцировать истерику, особенно, если ребёнок голоден, раздражён или просто устал. В качестве альтернативы следует использовать «может быть» - по крайней мере, это честно. Это лучше, чем подливать масло в огонь с помощью бесконечных «НЕТов». Если дети спрашивают: «А мы пойдём сейчас на улицу?», спокойно сообщайте: «Может быть». И добавляйте: «Если уберёте все игрушки на полки и быстро оденетесь». Это помогает мотивировать детей вести себя

соответствующим образом. И дальше все просто: убрали игрушки, оделись - пошли на улицу, не убрали - не пошли. Важно, чтобы взрослые сами выполняли собственные обещания. Слова «посмотрим» и «чуть попозже» действуют так же эффективно.

Прости. Взрослые тоже ошибаются. Что поделать? Мы готовы принести свои извинения родственникам, друзьям, коллегам по работе. И наши дети нуждаются в вежливости не меньше взрослых. Это моделирует уважительное отношение к окружающим. Детям очень нужно видеть именно такое общение - хороший образец задаёт формат поведения в будущем, а ещё помогает понять, что никто в этом мире не идеален, что, в общем-то, правда.

Стоп. Сигнал, останавливающий ребенка, прерывающий его действия, которые мы хотим прекратить, и подсказывающий, что делать вместо этого. Если дети носятся по квартире, бесполезно читать нотации, достаточно произнести «Стоп!» и дать инструмент: «Сядьте за столом и сложите пазл / постройте замок». Условьтесь с малышом заранее, что «Стоп, игра!» действует на всех без исключения при любых обстоятельствах: все действия прекращаются (если игра не по правилам, становится опасной, неприятной, слишком шумной...). Главное - не злоупотреблять этим сильным инструментом, иначе он перестанет быть эффективным.

Глазки. Мы все слушаем более внимательно, глядя в глаза собеседнику. Когда вы хотите быть уверенными в том, что дети вас действительно слушают и слышат, спросите: «Где глазки?» Подсказка: произносить это нужно совершенно спокойно, лучше ласково, с улыбкой или нейтрально, иначе дети просто не захотят на вас смотреть. Кому же захочется встретиться взглядом со злым и вопящим человеком? А как только детские глаза прикованы к вам, вы владеете детским вниманием.

Учимся. Если наш ребёнок совершает ошибку, на помощь приходит фраза «Это нормально, ничего страшного - мы все учимся!» Она же пригодится для защиты от косых взглядов, от людей, которые осуждающее смотрят на нас вместе с ребёнком. В конце концов, мы все учимся, включая и тех, кто сверлит нас взглядом.

Ты можешь! Напоминайте об этом ребёнку, когда он сомневается в своих силах. Неудача - это только сигнал о том, что малыш добьётся желаемого результата, если приложит чуть больше усилий, потренируется. Скажите детям, что вы знаете, что они могут. И обязательно откройте секрет: многое

из того, что вы сейчас сами делаете с лёгкостью, когда-то потребовало от вас немало стараний.

Всегда! Не удивительно, что там, где дети, всегда шумно и беспокойно! Случаются истерики, убираются подальше сладости, отменяются развлечения. Но некоторые вещи остаются неприкосновенными. И наша любовь к детям - в их числе. Очень важно сказать им об этом. Особенно в те дни, когда-то что-то пошло не так, чувства измотаны, а силы на исходе. Это часть вечернего ритуала перед сном. Обнимите ребенка и скажите ему: «Я тебя очень люблю, и всегда буду любить, что бы ни произошло». Детям очень важно знать и слышать, что наша любовь к ним безоговорочна и безусловна. Постоянна. Нестираема. Всегда!

Смейтесь. Многие вещи, которые нас, взрослых, раздражают, скорее всего, не были бы такими, если бы мы просто могли посмеяться над ними. Весёлый хохот - замечательная кнопка сброса, если хотите, выключатель многих проблем.