

Школа молодого родителя

Зеленская Ю.Г.
Ст. методист ДО
Школа 1288

Общаться с ребенком... КАК?

Человеку нужно:

чтобы его любили, понимали, признавали, уважали;

чтобы он был кому-то нужен и близок;

чтобы у него был успех — в делах, учебе, на работе;

чтобы он мог себя реализовать, развивать свои способности, самосовершенствоваться, уважать себя.

Общение

- * **сложный процесс взаимодействия между людьми, заключающийся в обмене информацией, а также в восприятии и понимании партнерами друг друга;**
- * **это сложная коммуникативная деятельность человека, субъектом и объектом которой является личность, включенная в общественные отношения.**

Функции общения

- * **Коммуникативная**, посредством которой устанавливаются контакты между субъектами.
- * **Перцептивная**, обеспечивает восприятие и осмысление полученной информации.
- * **Интерактивная** – направлена на осуществление взаимодействия между субъектами при выполнении совместной деятельности.

Аспекты общения

Цель

- это то, ради чего возникает общение, удовлетворяет социальные, культурные, познавательные, творческие, эстетические и другие потребности.

Содержание

- информация, которая в межиндивидуальных контактах передается от одного человека к другому.

Средства

- способы кодирования, передачи, переработки и расшифровки информации, которая передается в процессе общения от одного человека к другому

Средства общения

Вербальные

- ◆ Присуще только человеку и в качестве обязательного условия предполагает усвоение языка.

Невербальные

- ◆ Не предполагает использования звуковой речи, языка в качестве средства общения.
- ◆ Это общение с помощью мимики, жестов и пантомимики.
- ◆ Это тактильные, зрительные, слуховые, обонятельные и другие ощущения и образы, получаемые от другого лица.

Формы общения ребенка со взрослым

Ситуативно-личностная

- Общение зависит от особенностей сиюминутного взаимодействия ребенка и взрослого.
- Главное, что привлекает ребенка, — это личность взрослого.

Ситуативно-деловая

- Потребность в сотрудничестве.
- Ситуация совместной деятельности.

Внеситуативно-познавательная

- Познавательный мотив.
- Главный источник информации – взрослый человек.

Внеситуативно-личностное

- Взрослый для ребенка — высший авторитет, чьи указания, требования, замечания принимаются по-деловому, без обид, капризов и отказа от трудных заданий.

Золотые правила общения

- * НЕ КОПИТЕ ОБИДЫ – ЭТО ДОРОГОГО СТОИТ.
- * НЕ ОБИЖАЙТЕСЬ НА ДЕТЕЙ ЗА ТО, ЧТО ОНИ ВАС НЕ ПОНИМАЮТ.
- * ДЕЛАЯ ДОБРО, НЕ ОЖИДАЙТЕ ДОБРА.
- * НЕ КРИТИКУЙТЕ!
- * НЕ СПОРЬТЕ.
- * НЕ НАВЯЗЫВАЙТЕ СВОЕ ПРОШЛОЕ ОКРУЖАЮЩИМ, ЕСЛИ ВАС ОБ ЭТОМ НЕ ПРОСЯТ.
- * ОЦЕНИВАЯ ПОВЕДЕНИЕ ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА, ПОСТАРАЙТЕСЬ ПРИНЯТЬ ВО ВНИМАНИЕ СИТУАЦИЮ И ОБСТОЯТЕЛЬСТВА.
- * НЕ ТРЕБУЙТЕ И НЕ ОЖИДАЙТЕ ОТ ДРУГИХ СХОЖЕСТИ С ВАМИ.

Правила общения с ребенком

- * Безусловно принимать его.
- * Активно слушать его переживания, и потребности.
- * Бывать вместе.
- * Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.
- * Помогать, когда просит.
- * Поддерживать успехи.
- * Делиться своими чувствами (значит доверять).
- * Конструктивно разрешать конфликты.
- * Использовать в повседневном общении приветливые фразы.
- * Обнимать не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день.

Безусловное принятие

Безусловно принимать ребенка — значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник, а просто так, просто за то, что он есть!

- * Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.**
- * Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства**
- * Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие его.**

Домашнее задание

* Задание первое

Посмотрите, насколько вам удастся принимать вашего ребенка. Для этого в течение дня (а лучше двух-трех дней) постарайтесь подсчитать, сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько — с отрицательными (упреком, замечанием, критикой). Если количество отрицательных обращений равно или перевешивает число положительных, то с общением у вас не все благополучно.

* Задание второе

Закройте на минуту глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете, что рады ему, что он вам дорог и близок? А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он приходит домой из школы и вы показываете, что рады его видеть. Представили? Теперь вам легче будет сделать это на самом деле, до всяких других слов и вопросов. Хорошо, если вы продолжите эту встречу в том же духе в течение еще нескольких минут. Не бойтесь «испортить» его в течение этих минут, это совершенно немыслимо.

* Задание третье

Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день (обычные утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считаются).

Примечание: неплохо то же делать и по отношению ко взрослым членам семьи.

* Задание четвертое

Выполняя два предыдущих задания, обратите внимание на реакцию ребенка, да и на свои собственные чувства тоже.

Невмешательство

- * Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи.
- * Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!»

Домашнее задание

* Задание первое

Представьте себе круг дел (можно даже составить их список), с которыми ваш ребенок в принципе может справиться самостоятельно, хотя и не всегда совершенно.

* Задание второе

Для начала выберите из этого круга несколько дел и постарайтесь ни разу не вмешаться в их выполнение. В конце одобрите старания ребенка, несмотря на их результат.

* Задание третье

Запомните две-три ошибки ребенка, которые вам показались особенно досадными. Найдите спокойное время и подходящий тон, чтобы поговорить о них.

Помощь

- * Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему:
 - возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому;
 - по мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.
- * Очень хорошо начать со слов: «Давай вместе».
- * Эти волшебные слова открывают ребенку дверь в область новых умений, знаний и увлечений.

Домашнее задание

* Задание первое

Выберите для начала какое-нибудь дело, которое не очень хорошо получается у вашего ребенка. Предложите ему: «Давай вместе!» Посмотрите на его реакцию; если он проявит готовность, займитесь с ним вместе. Внимательно следите за моментами, когда можно ослабить ваше участие («отпустить руль»), но не делайте этого слишком рано или резко. Обязательно отметьте первые, даже небольшие самостоятельные успехи ребенка; поздравьте его (а заодно и себя!).

* Задание второе

Выберете пару новых дел, которые вы хотели бы, чтобы ребенок научился делать сам. Повторите ту же процедуру. Снова поздравьте с успехами его и себя.

* Задание третье

Обязательно в течение дня поиграйте, поболтайте, поговорите по душам с ребенком, чтобы время, проводимое вместе с вами, было для него положительно окрашено.

Забота и ответственность

- * Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.
- * Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия).
Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».

Домашнее задание

* Задание первое

Посмотрите, есть ли у вас столкновения с ребенком на почве каких-то дел, которые, по вашему мнению, он может и должен выполнять сам. Выберите одно из них и поделайте некоторое время с ним вместе. Посмотрите, лучше ли у него пошло дело с вами? Если да, перейдите к следующему заданию.

* Задание второе

Придумайте какое-нибудь внешнее средство, которое могло бы заменить ваше участие в том или ином деле ребенка. Это может быть будильник, написанное правило или соглашение, таблица или что-то другое. Обсудите и обыграйте с ребенком это вспомогательное средство. Убедитесь, что ему удобно им пользоваться.

* Задание третье

Возьмите лист бумаги, разделите его вертикальной линией пополам. Над левой частью напишите «Сам», над правой — «Вместе». Перечислите в них те дела, которые ваш ребенок решает и делает сам, и те, в которых вы обычно участвуете. (Хорошо, если вы заполните таблицу вместе и по взаимному согласию.) Затем посмотрите, что из колонки «Вместе» можно сейчас или в ближайшем будущем передвинуть в колонку «Сам». Помните, каждое такое перемещение — важный шаг к взрослению вашего ребенка. Обязательно отметьте этот его успех.

Активное слушание

- * Активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.
- * Правила:
 - повернуться к ребенку, глаза на одном уровне;
 - ваши ответы должны звучать утвердительно;
 - держать паузу;
 - обозначать чувство ребенка.

Домашнее задание

Ситуация и слова ребенка	Чувства ребенка	Ваш ответ
«Сегодня, когда я выходила из школы, мальчишка-хулиган выбил у меня портфель и из него все высыпалось».	Огорчение, обида	«Ты очень расстроилась, и было очень обидно».
(Ребенку сделали укол, плачет): «Доктор плохой!»		
(Старший сын — маме): «Ты всегда ее защищаешь, говоришь «маленькая, маленькая», а меня никогда не жалеешь».		
(Ребенок роняет чашку, та разбивается): «Ой!!! Моя чашечка!»		

* Задание первое

Перед вами таблица, в которой нужно заполнить графу «чувства ребенка». В левой колонке вы найдете описание ситуации и слова ребенка, справа напишите, какие, по вашему мнению, чувства он испытывает в этом случае.

Запишите в третьей колонке ваш ответ на слова ребенка. Обозначьте в этой фразе чувство, которое (по вашему предположению) он испытывает (см. образец).

* Задание второе

Начните то же делать в вашем повседневном общении с ребенком: замечайте моменты его различных переживаний, когда он обижен, расстроен, боится, не хочет, устал, рассержен, радостен, нетерпелив, увлечен... и называйте их в вашем обращении к нему. Не забывайте о повествовательной (не вопросительной) форме вашей реплики и о паузе после ваших слов.

Помехи на пути активного слушания

- * Приказы, команды
- * Предупреждения, предостережения, угрозы
- * Мораль, нравоучения, проповеди
- * Советы, готовые решения
- * Доказательства, логические доводы, нотации, «лекции»
- * Критика, выговоры, обвинения
- * Похвала
- * Обзывание, высмеивание
- * Догадки, интерпретации
- * Выспрашивание, расследование
- * Сочувствие на словах, уговоры, увещевания
- * Отшучивание, уход от разговора

Домашнее задание

* Задание первое

Попробуйте определить, к какому типу ошибочных высказываний относится ответ родителя.

ДОЧЬ: Никогда не пойду больше к зубному!

МАТЬ: Не выдумывай, на завтра у нас талончик, надо долечивать твой зуб. (1)

ДОЧЬ: Я больше не выдержу. Знаешь, как было больно!

МАТЬ: Не умерла же. В жизни часто приходится терпеть. А не будешь лечить, останешься без зубов.(2)

ДОЧЬ: Тебе хорошо говорить, тебе так не сверлили! И вообще ты меня не любишь!

* Задание второе

Понаблюдайте за своими беседами с ребенком, особенно в те моменты, когда у него что-то случилось. Не узнаете ли вы в них некоторые типы высказываний из нашего списка? Продолжайте упражняться в активном слушании. Это самый главный навык, без овладения которым будет невозможно продвигаться дальше.

* Задание третье

Попробуйте провести один день без слов критики или упрека в адрес вашего сына или дочери. Замените их фразами одобрения по любому подходящему поводу или без повода.

Посмотрите на реакцию ребенка.

Я-Ты-сообщения

Я - сообщение

- * Я не люблю, когда дети ходят растрепанными, и мне стыдно от взглядов соседей.
- * Мне трудно собираться на работу, когда под ногами кто-то ползает, и я все время спотыкаюсь.
- * Меня очень утомляет громкая музыка

Ты - сообщения

- * Ну что у тебя за вид!
- * Перестань тут ползать, ты мне мешаешь!
- * Ты не мог бы потише?!

Преимущества «Я-сообщений»

- * Позволяют нам выразить свои негативные чувства в необидной для ребенка форме. Некоторые родители стараются подавлять вспышки гнева или раздражения, чтобы избежать конфликтов. Однако это не приводит к желаемому результату. Как уже говорилось, полностью подавить свои эмоции нельзя, и ребенок всегда знает, сердиты мы или нет. И если сердиты, то он, в свою очередь, может обидеться, замкнуться или пойти на открытую ссору. Получается все наоборот: вместо мира — война.
- * Дают возможность детям ближе узнать нас, родителей. Нередко мы закрываемся от детей броней «авторитета», который стараемся поддерживать во что бы то ни стало. Мы носим маску «воспитателя» и боимся ее хотя бы на миг приподнять. Порой дети поражаются, узнав, что мама и папа могут вообще что-то чувствовать! Это производит на них неизгладимое впечатление. Главное же — делает взрослого ближе, человечнее.
- * Когда мы открыты и искренни в выражении своих чувств, дети становятся искреннее в выражении своих. Дети начинают чувствовать: взрослые им доверяют, и им тоже можно доверять.
- * Высказывая свое чувство без приказа или выговора, мы оставляем за детьми возможность самим принять решение. И тогда — удивительно! — они начинают учитывать наши желания и переживания.

Домашнее задание

Задание первое

Выберите из ответов родителей тот, который больше всего отвечает «Я-сообщению».

* Ситуация 1.

Вы который раз зовете дочь садиться за стол. Она отвечает: «Сейчас»,— и продолжает заниматься своими делами. Вы начали сердиться.

Ваши слова:

1. Да сколько же раз тебе надо говорить!
2. Я начинаю сердиться, когда приходится повторять одно и то же.
3. Меня сердит, когда ты не слушаешься.

* Ситуация 2.

У вас важный разговор с другом. Ребенок то и дело его прерывает.

Ваши слова:

1. Мне трудно беседовать, когда меня прерывают.
2. Не мешай разговаривать.
3. Ты не можешь заняться чем-нибудь другим, пока я разговариваю?

* Ситуация 3.

Вы приходите домой усталая. У вашего сына-подростка друзья, музыка и веселье. На столе — следы их чаепития. Вы испытываете смешанное чувство раздражения и обиды («Хоть бы обо мне подумал!»).

Ваши слова:

1. Тебе не приходит в голову, что я могу быть усталой?!
2. Уберите за собой посуду.
3. Меня обижает и сердит, когда я прихожу усталая и застаю дома беспорядок.

Домашнее задание

* Задание второе

В этом задании вам предлагается больше послушать себя. Сначала не думайте, что ответить ребенку, а попытайтесь дать себе отчет в том, что бы вы пережили в каждом из приводимых ниже случаев. Заполните сначала только столбец II.

Первый пример — образец.

* Задание третье

А теперь, имея в виду то чувство (или чувства), которые вы записали против каждой ситуации, напишите в столбце III ваше «Я-сообщение».

Ситуация	Ваше чувство	Я-сообщение
Ребенок шалил за столом и, несмотря на предупреждение, пролил молоко.	Расстроилась, рассердилась.	
Сын-первокурсник ходит в институт в дырявых джинсах. Отказывается носить другие брюки.		
Ваша взрослеющая дочка влюбилась в «шалопаю».		
Вы входите в комнату (9-ый этаж) и видите вашего сына-дошкольника сидящим на подоконнике открытого окна.		
Вы ожидаете гостей. Дочь отрезала и съела кусок торта, который вы приготовили к торжеству.		
Вы только что вымыли пол, сын пришел и наследил.		
С работы должен прийти муж, вы просите дочь сбегать за хлебом, она отказывается.		

Дисциплина

- * Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого.
- * Правил не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.
- * Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.
- * Правила должны быть согласованы взрослыми между собой.
- * Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть дружелюбно-разъяснительным, а не повелительным.
- * Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.

- 
- * **Каждым обращением к ребенку — словом, делом, интонацией, жестом, нахмуренными бровями и даже молчанием мы сообщаем ему не только о себе, своем состоянии, но и всегда о нем, а часто — в основном о нем.**

Советуем прочитать



- * Как построить нормальные отношения с ребенком?
- * Как научиться слушать и слышать своего ребенка?
- * Можно ли поправить отношения, если они зашли в тупик?

Вы найдете ответы на эти и другие вопросы, узнаете, как решать их на практике в вашей жизни, прочитав книги Юлии Борисовны Гиппенрейтер

- 
- * **Спасибо за внимание!**
 - * **Творческих успехов!**
 - * **Свои вопросы и пожелания
присылайте на e-mail:
zav.33@mail.ru**