

Как общаться с ребенком, чтобы он не воспринимал вас в штыки?

Нередко бывает так, что дети воспринимают просьбы родителей негативно, в штыки. Вместо стремления сотрудничать у них возникает стойкое желание делать все наоборот, наперекор родителям. Я ловила себя на этом, даже будучи уже вполне взрослым и сознательным человеком. Вполне осознавая необходимость делать то, что меня просят, я отказывалась это делать. Тогда я до конца не понимала механизма этого процесса, но теперь вижу, что дело в том, как эти просьбы формулировались и в какой форме они преподносились.

Давайте разберемся, что чаще всего можно услышать из уст родителей и как правильно формировать свою просьбу, чтобы у ребенка не возникало желание защититься непослушанием, и он мог адекватно ответить на нашу просьбу. Мы ведь хотим, чтобы наши дети были не безликими роботами, выполняющими нашу волю, а разумными людьми, имеющими свое мнение и свои желания.

Фраза, с которой мы обращаемся к ребенку, должна состоять из четырех частей:

Обзор ситуации, которую вы хотите исправить. Важно чтобы ваш обзор состоял из голых фактов, без критики ребенка или оценивающих замечаний.

Чувства и эмоции, которые вы испытываете, когда сталкиваетесь с этой ситуацией. Да, это нелегко, но вы должны заглянуть вглубь себя и сказать, что вы раздражены, если вы раздражены. Вы как родитель тоже имеете права на свои капризы и свои чувства. У вас тоже есть права, а не только обязанности.

Что вы хотели бы видеть в этой ситуации, какое развитие событий для вас предпочтительно, с точки зрения того, что ваша жизнь как родителя станет лучше.

Просьба к ребенку, описание того, что он должен сделать, чтобы ситуация развивалась в том русле, как вы того хотите.

Рассмотрим на примере.

Для обзора ситуации фраза вроде «Ты постоянно забываешь выучить уроки» будет хорошим примером того, чего надо избегать. Она сразу вызывает протест, потому что ваш ребенок наверняка не настолько безнадёжен, и уж хоть раз на этой неделе он прикладывался к учебникам. Нужны голые факты, например: «Дважды на этой неделе ты пошел в школу с невыполненным домашним заданием».

Что же вы чувствуете, когда ваш ребенок не делает уроки? Переживаете за его будущее? Расстраиваетесь, что он еще не настолько взрослый и все еще требует контроля? Вы просто устали от бесконечных скандалов на эту тему и растеряны, потому что не знаете, что еще предпринять? Чтобы это ни было, будьте честны с собой и ребенком. Расскажите ему о том, что чувствуете. Почему для вас так важно, чтобы он делал эти проклятые уроки вовремя. Возможно, в результате таких размышлений вы поймете, что на самом деле вам совсем и не важно, сделал ваш ребенок уроки или нет, а вы просто по привычке ругаете его за их невыполнение. Тогда просто перестаньте это делать, и жить вам обоим станет гораздо спокойнее.

Если все-таки для вас это важно, продолжайте действовать, расскажите что вы хотите получить, результат кроется в ваших переживаниях из-за успеваемости ребенка. Может, вы жалеете, что в свое время вас не подтолкнули усерднее заниматься, и вы не хотите, чтобы вашего ребенка постигло то же разочарование. Или хотите, чтобы ребенок больше уделял времени учебе вообще, потому что вам так спокойнее. Может, жалеете, что не привили интерес к определенным предметам, и хотите заинтересовать ребенка. Может, просто хотите, чтобы он следил за уроками сам, и вам не приходилось на это тратить время. Может, вы хотите испытывать гордость на собраниях в школе, хотите, чтобы ваше чадо ставили в пример, а не наоборот. Множество возможных вариантов, но подумайте о том, как это улучшит вашу жизнь.

Затем сформулируйте просьбу, например: «Я хочу, чтобы ты сегодня уделил физике больше времени, чтобы завтра исправить оценку» или «Я хочу, чтобы ты закончил эту четверть без троек» или «Я хочу, чтобы ты исправил двойку по математике» или «Давай посмотрим документальный фильм про микроорганизмы, а ты потом напишешь доклад по биологии».

В таком варианте более вероятно, что ваш ребенок, во-первых, поймет, почему вы его постоянно заставляете учить уроки, поймет, что за этим стоит не ваша блажь, а ваше желание сделать и его, и свою жизнь проще и лучше. Во-вторых, ему от этого тоже хуже не будет. В-третьих, вы, вероятно, услышите от ребенка то, о чем раньше не думали, узнаете правду, почему он себя ведет именно так. Например, почему не делает эти уроки: неинтересно, непонятно или есть другие причины, над которыми вы сможете работать. Это путь к новому уровню общения и взаимопонимания с ребенком.

Хотелось бы также отметить, что и в общении с взрослыми – супругом, коллегами – эта

Как общаться с ребенком, чтобы он не воспринимал вас в штыки

Автор: admin

14.05.2011 18:17 - Обновлено 02.11.2014 12:10

система вполне работоспособна. Мы редко говорим другим, что чувствуем на самом деле и чего на самом деле давно хотим, мы просто этого стесняемся. Но ведь окружающим трудно нас понять, если мы сами не можем разобраться в себе, определиться со своими желаниями и не умеем попросить других сделать что-то для нас очень важное.

Автор - **Екатерина Канаева**

[Источник](#)