

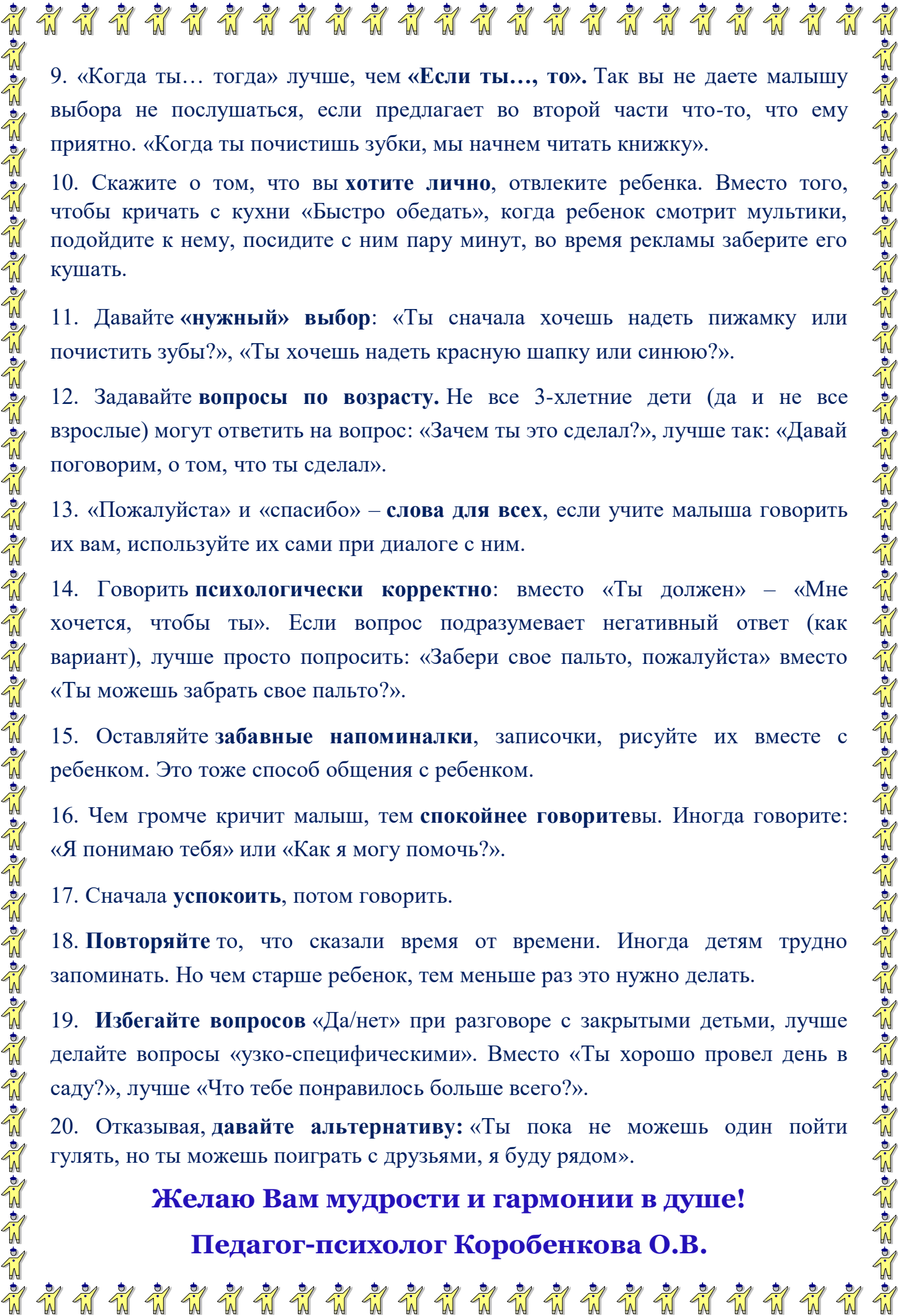


## 20 способов сделать так, чтобы ребенок Вас СЛУШАЛ

Воспитывать ребенка - не легкий труд. И самое сложное в этом процессе - **найти контакт, научиться общаться с ним так, чтобы он слышал вас и слушал.**

Как часто можно услышать от родителей жалобы такого рода, как «мой ребенок меня не слышит», «мне приходится повторять все несколько раз», «он отвлекается от своих дел только тогда, когда на него прикрикнешь»? Наверное, вы их слышали, а может быть и сами озвучивали, не один раз. Но, пытаясь «достучаться» до ребенка, родители используют **«взрослые» методы**, которые он еще не в силах понять. Поэтому для того, чтобы быть услышанным, необходимо объяснять все на **языке, доступном ребенку**. В этой статье я предлагаю вам рекомендации, которые позволят Вам наладить общение с детьми без криков и лишних нервов.

1. Установить **зрительный контакт** на уровне ребенка (сесть на корточки, например).
2. Обращаться **по имени**.
3. Говорить **коротко и внятно**. Самое главное – говорите вначале одним предложением. Чем больше вы говорите, тем меньше ребенок будет вас слушать сейчас и в дальнейшем.
4. Говорить **просто**. Короткими словами, предложениями. Говорите так же, как он.
5. Попросите малыша **повторить вашу просьбу** или задание.
6. Делать предложения, от которых он **не сможет отказаться** («Оденься, чтобы пойти и играть на улицу»).
7. Быть **позитивным** (вместо «Бегать нельзя», лучше – «Дома мы ходим, а бегать можно на улице»).
8. Начинайте задание со слов **«Я хочу»**. Дети любят делать приятное родителям, но не любят приказов. Это как раз способ совместить.



9. «Когда ты... тогда» лучше, чем «Если ты..., то». Так вы не даете малышу выбора не послушаться, если предлагает во второй части что-то, что ему приятно. «Когда ты почишишь зубки, мы начнем читать книжку».

10. Скажите о том, что вы **хотите лично**, отвлеките ребенка. Вместо того, чтобы кричать с кухни «Быстро обедать», когда ребенок смотрит мультики, подойдите к нему, посидите с ним пару минут, во время рекламы заберите его кушать.

11. Давайте «**нужный**» **выбор**: «Ты сначала хочешь надеть пижамку или почистить зубы?», «Ты хочешь надеть красную шапку или синюю?».

12. Задавайте **вопросы по возрасту**. Не все 3-хлетние дети (да и не все взрослые) могут ответить на вопрос: «Зачем ты это сделал?», лучше так: «Давай поговорим, о том, что ты сделал».

13. «Пожалуйста» и «спасибо» – **слова для всех**, если учите малыша говорить их вам, используйте их сами при диалоге с ним.

14. Говорить **психологически корректно**: вместо «Ты должен» – «Мне хочется, чтобы ты». Если вопрос подразумевает негативный ответ (как вариант), лучше просто попросить: «Забери свое пальто, пожалуйста» вместо «Ты можешь забрать свое пальто?».

15. Оставляйте **забавные напоминки**, записочки, рисуйте их вместе с ребенком. Это тоже способ общения с ребенком.

16. Чем громче кричит малыш, тем **спокойнее говорите** вы. Иногда говорите: «Я понимаю тебя» или «Как я могу помочь?».

17. Сначала **успокоить**, потом говорить.

18. **Повторяйте** то, что сказали время от времени. Иногда детям трудно запоминать. Но чем старше ребенок, тем меньше раз это нужно делать.

19. **Избегайте вопросов «Да/нет»** при разговоре с закрытыми детьми, лучше делайте вопросы «узко-специфическими». Вместо «Ты хорошо провел день в саду?», лучше «Что тебе понравилось больше всего?».

20. Отказывая, **давайте альтернативу**: «Ты пока не можешь один пойти гулять, но ты можешь поиграть с друзьями, я буду рядом».

**Желаю Вам мудрости и гармонии в душе!**

**Педагог-психолог Коробенкова О.В.**