

Как услышать своего ребенка

Газета для родителей № 6 сентябрь 2013 год



Некоторые родители, прочитав такой совет, — "Слушайте своего ребёнка!" — недоумённо пожмут плечами и скажут: "Так мы только и делаем, что слушаем его. Уже устали слушать!" Но почему-то многие дети жалуются на то, что родители их совсем не слушают. И почти ничего не слышат из того, что говорят дети. Да, уважаемые родители, очень часто нам лишь кажется, что мы слушаем своих детей, а на самом деле — это далеко не так. Ведь слушать — это не только слышать звучание голоса, отдельные слова и целые фразы. Это, во-первых, понимать их значение, сосредотачиваясь на этом и никуда не отвлекаясь в момент слушания. И, во-вторых, это — стремление понять говорящего, его личное отношение к данной теме, его чувства и эмоции, его состояние.

Думается, мы, родители, во время слушания своего ребёнка совершаем много разных ошибок. Вот некоторые из них.

Ошибка первая. Перебиваем ребёнка, не дослушав его до конца.

Диалог № 1.

Ребёнок: Эх, мам, ну и контрольная у нас сегодня была по математике! Такая трудная! Страх! Я ...

Мама: Ты всё решил?

Ребёнок: Мам, погоди, я перед контрольной с Павликом договорился, что мы особыми сигналами и знаками будем сверять ответы в каждом задании. Павлик тоже сидит на моём варианте. И вот ...

Мама: Ты мне скажи, ты всё решил?

Ребёнок: Мам, да послушай! И вот мы с Павликом после первых двух решённых примеров стали сверять ответы, а тут ...

Мама: Ты можешь мне ответить на простой вопрос?! Ты всё решил или нет?

Ошибка вторая. Отмахиваемся от темы сообщения ребёнка, как незначительной, неважной, несостоящей внимания.

Ошибка третья. "Читаем" мысли ребёнка на расстоянии и делаем из высказывания ребёнка свои выводы и умозаключения, которые тут же озвучиваем, не дослушав ребёнка.

Диалог № 2.

Ребёнок: Мама, представляешь, а у нас сегодня классный час отменили.

Мама: А ты, конечно, обрадовался и скорее бежать с друзьями за школу в футбол играть.

Ребёнок: Вообще-то я так расстроился! Ведь я приготовил к классному часу доклад про египетские пирамиды и три толстые книжки в школу принёс для этого доклада. А классного часа не было.

Мама: Вечно ты жалуешься, что у тебя портфель тяжёлый!

Обычно родители, которые занимаются чтением мыслей на расстоянии, не слушают ребёнка и не вникают в его эмоции и чувства. Они строят собственные умозаключения и делают "далеко идущие" выводы, основанные на их взглядах, чувствах, эмоциях и на их мироощущении. Такие родители не пытаются понять, что именно чувствует их ребёнок. Им даже в голову не приходит, что у ребёнка могут быть совсем другие чувства и эмоции, а, следовательно, могут получиться совсем иные умозаключения и выводы из любой жизненной ситуации, о которой идёт речь. Человеку вообще свойственно судить по себе: "Раз я так думаю и чувствую, значит, так и все другие люди, а уж тем более, мой ребёнок". Рассуждать подобным образом легко и удобно. А трудно — вслушиваться в слова другого человека, пытаюсь понять, что он чувствует в данной ситуации.

Ошибка четвёртая. Не проявляем заинтересованности в разговоре.

Диалог № 3.

Ребёнок: Мам, что я тебе сейчас расскажу! Марь Иванна про летнюю поездку на Чёрное море говорила. Мы можем в августе всем классом туда поехать. Представляешь?!

Мама: Давай быстро, мой руки и садись обедать!

Ребёнок: Мам, она сказала, если более 15 человек наберётся, то поездка недорогая для каждого получится.

Мама: Ешь с хлебом. Осторожно, суп горячий.

Ребёнок: Мама, ты слышишь, что я тебе говорю?!

Мама (продолжая делать что-то на кухне): Да слышу-слышу! Ешь!

Ошибка пятая. Планируем и соображаем, что мы скажем в ответ ребёнку; как ему возразим, какую систему доводов приведём, вместо того, чтобы просто внимательно слушать.

Не вникая в суть рассказа ребёнка, к примеру, о намечающейся в школе поездке летом на Чёрное море, мы мысленно выстраиваем систему доказательств и аргументов, почему нашему ребёнку туда ехать нельзя, и отчего ничего с поездкой не получится.

Ошибка шестая. Размышляем о своём во время разговора с ребёнком.

Ребёнок нам что-то рассказывает, объясняет, описывает. А мы молчим, не перебивая его, вроде бы слушаем. Но, на самом деле, мы глубоко погружены в свои собственные думы. Мы прикидываем, как дотянуть до следующей зарплаты, или



где найти хорошего стоматолога, или как лучше построить разговор со своим начальником, или ... В общем, темы наших размышлений могут быть самыми разными. Разумеется, у нас, взрослых, много проблем, некоторые из которых требуют незамедлительного решения. Но, уважаемые взрослые, неужели мы с вами не можем найти хотя бы немного времени (но ежедневно!), чтобы внимательно выслушать собственного ребёнка?!

Ошибка седьмая. Сразу всё критикуем и отрицаем из того, что предлагает ребёнок.

Во время разговора с ребёнком по любому поводу высказываем свои критические замечания и отрицательные суждения. В таком случае мы, взрослые, абсолютно уверены в собственной правоте. Мы свято верим в принцип: родители всегда правы, а дети всегда неправы. Мы не допускаем мысли, что у ребёнка может быть своё мнение, суждение, своё восприятие по какому-либо вопросу. Ведь ребёнок должен думать, чувствовать и рассуждать, как это делаем мы, его родители. Свою задачу в разговоре с ребёнком мы видим в том, чтобы опровергнуть его мнение или суждение и навязать ему наше. Мы не оставляем за ним права быть другим человеком.

Ошибка восьмая. Подвергаем речевые сообщения ребёнка своей цензуре, выбирая по своему усмотрению то и концентрируясь на том, что лично нам значимо и важно в данный момент, а не то, что актуально для ребёнка.

Диалог № 4.

Дочь: Мама, такой день рождения у Светы был! Так всё было классно! Представляешь, мы всё сами организовывали у неё в квартире.

Мама: А что же, взрослых не было что ли во время вашей этой вечеринки?

Дочь: Мам, знаешь, мы сами салаты нарезали на кухне и мороженое сами делали. У Светки такой прибор есть — электромороженица называется.

Мама: Нет, подожди, а кто из взрослых — Светины родители, бабушка, сестра — кто вам помогал?

Дочь: Мам, так этот прибор — он такое вкусное мороженое делает, просто класс! А потом туда надо шоколад и орехи докладывать, а можно сироп или кокосовую стружку.

Мама: Ты не ответила на мой вопрос — кто из взрослых помогал вам готовить и вообще находился в квартире во время вечеринки.

Дочь: Мам, да все Светины родственники там были — родители, бабушка с дедушкой, сестра и тётя её. Мам, да я не об этом. Мне так мороженое понравилось. Ты бы какое хотела мороженое — ванильное, с орехами и шоколадом или с кокосовой стружкой?

Мама: Мороженое, наверное, холодное было. Как бы у тебя горло не заболело.

Дочь: Да нет, мам не заболит! А мы можем на мой день рождения разного мороженого на стол поставить для моих гостей? Я хочу, чтобы много было и разного!

Мама: А ты что же, много мороженого там съела?! Ну вот, теперь точно горло заболит, и будешь кашлять!

Дочь: Мама, да ничего у меня не заболит! Слушай, мам, а после мороженого мы все во двор гулять пошли, на горку кататься. У них там такая горка классная есть во дворе, специально залитая для детей.

Мама: А ты застегнулась, когда на улицу пошла? А шарф два раза вокруг шеи обмотала? Варежки надела?

Дочь: Да надела-надела! (Девочка отходит от матери и замолкает).

Ошибка девятая. Сразу же по ходу любого речевого сообщения даём ребёнку свои советы, инструкции, указания. Это значит, что мы, взрослые, опять не слушаем своих детей, а вместо этого советуем им что-то, бесконечно инструктируем и поучаем их.

Ошибка одиннадцатая. Стремимся быть всегда правыми и выйти из любого разговора победителем.

В любом разговоре мы никогда не меняем своего мнения. Всегда настаиваем на своём. Не признаём собственных ошибок перед ребёнком. Ни за что перед ним не извинимся. Ни в чём не уступаем. А только стоим на своём, давим, наезжаем, упорствуем и настырничаем.

Правило родительского движения по жизни: родителям вовсе не обязательно всегда оказываться правым в споре или разговоре с ребёнком. Главное — быть терпимым и умным!

Ошибка двенадцатая. Во время разговора с ребёнком мы тут же начинаем высказывать свои собственные суждения, к сожалению, очень часто - резко отрицательные и критичные. В любом разговоре мы так часто осуждаем и своего ребёнка, и других людей, навешиваем ярлыки, бесконечно морализируем и критикуем всех и вся вокруг.

Ошибка тринадцатая. Сравниваем своего ребёнка с другими не в его пользу.

Ошибка четырнадцатая. Угрожаем ребёнку, оскорбляем и унижаем его, обвиняя во всём.

Вместо упрёков и обвинений в адрес ребёнка:

"Ты мне все нервы измотал!"

"Ты меня замучил своими двойками и проблемами в школе!"

"Ты мне совсем не помогаешь по дому!"

Поговорите не о ребёнке, а о себе, о своих чувствах и эмоциях:

"Я так нервничаю!"

"Я очень переживаю за все эти проблемы в школе и очень расстраиваюсь из-за плохих оценок!"

"Я бы хотела, чтобы ты мне помогал по дому. Мне так тяжело делать одной все дела после работы. Я сильно устаю".

Один из самых трудновыполнимых советов для родителей: Не перебивайте своего ребёнка! Так просто! И как трудно!
Попробуйте сами! Лично у меня не всегда это получается!

Молчите и слушайте!

Слушайте и понимайте!

Просто советы и одновременно призывы.

Просто слушайте своих детей, уважаемые родители!

Слушайте и не перебивайте!

Слушайте и ни на что не отвлекайтесь!

Слушайте и сочувствуйте, сопереживайте!

Слушайте и проявляйте неподдельный интерес!

Слушайте и не критикуйте!

Слушайте и уважайте чувства своего ребёнка!

Слушайте и не поучайте!

Слушайте и не занудствуйте!

Слушайте и понимайте!

Слушайте и воспринимайте!

Слушайте и принимайте чувства и эмоции своего ребёнка!

Слушайте и принимайте его, как личность!

Слушайте своего ребёнка внимательно!

Слушайте своего ребёнка бесконечно!

Слушайте его всегда!



Разговор - ребёнку!

Ремень - брюкам!