



ПРИЁМЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ НАЛАДИТЬ И ПОДДЕРЖАТЬ КОНТАКТ С РЕБЁНКОМ

В любом возрасте, особенно подростковом, повелительное наклонение при общении («Пора спать!», «Убери телефон», «Выключай компьютер!») вызывает агрессию, обиду. Поэтому лучше всего использовать другие приёмы, которые помогут договориться, сохранить доброжелательные отношения.

ПРИЁМ «АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ»

Ребёнок прекрасно различает, слушаете ли Вы его или сделали вид, что участвуете в разговоре. Всего несколько минут внимательного активного слушания могут Вам помочь. Задавайте вопросы, на которые невозможно ответить «да» или «нет», предполагающие развернутый ответ, используя следующие слова: как?, какой?, почему?, каким образом?, что?, строя с помощью них фразы, например, «Как ты думаешь в этом случае поступить? Как ты поступил?», «Какой вопрос тебя затруднил?», «Почему ты так решил?», «Каким образом...?»).

Выражайте словами свое эмоциональное состояние или состояния ребенка: «Меня очень волнует ... », «Я вижу, тебя огорчает, что ... », «Тебе грустно (тревожно, плохо, обидно), я чувствую. Почему?».

Перефразируйте слова ребёнка «Я правильно понимаю, что...», «Ты хочешь сказать, что...». При «активном слушании» ребенок сам продвигается в решении своей проблемы, чувствуя Вашу заинтересованность.

ПРИЁМ «КОНТАКТ ГЛАЗ»

Чтобы разговор «состоялся», Ваш взгляд должен встречаться со взглядом ребенка около 60 - 70% всего времени общения. Взгляд, выражение лица - это возможность проявить теплые чувства друг к другу. Помните, первая улыбка на лице младенца появляется в ответ на Ваше лицо и улыбку. Тревожные, неуверенные дети больше всего нуждаются в контакте глаз. Ласковый взгляд, теплая улыбка, переданная взглядом, выражение лица - эта информация также отпечатывается в сознании ребенка, как и сказанные слова.

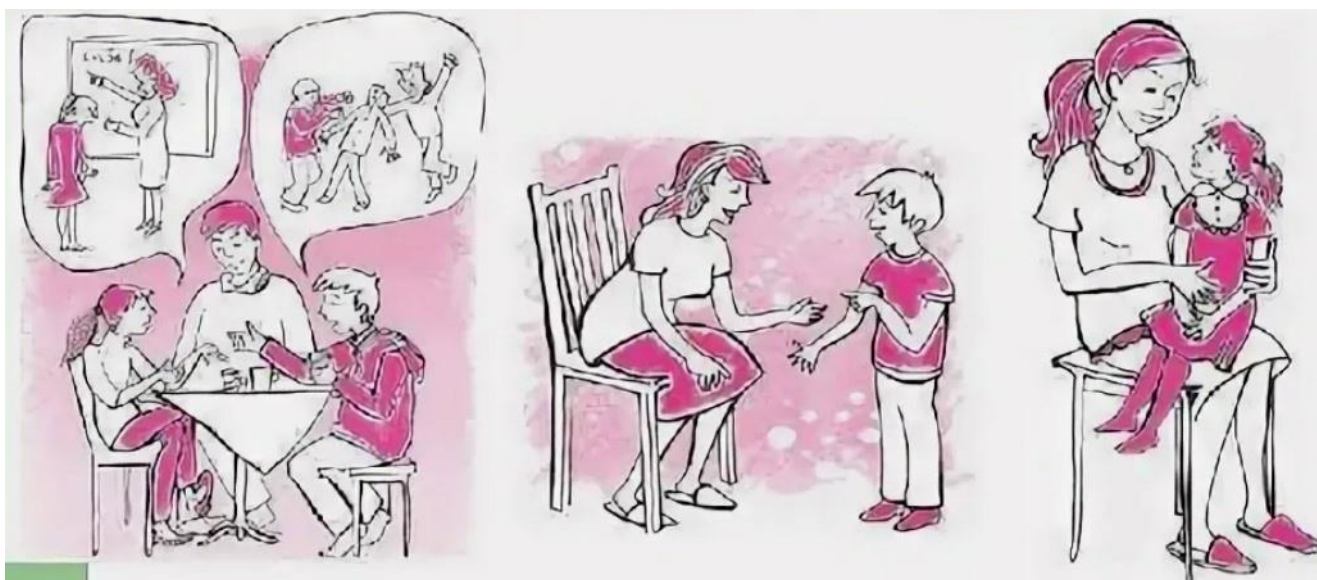
ПРИЁМ «ТАКТИЛЬНЫЙ КОНТАКТ»

Для ребенка очень важен физический контакт. Обнимайте Вашего ребенка не менее четырех раз в день. Многие родители не понимают, как важно для ребенка, когда его обнимают, прижимают к себе, тормошат, целуют. Не бойтесь, что заласканному ребенку будет в жизни трудно. Тёплые прикосновения смягчают душу и снимают напряжение.

Возня, борьба, похлопывание по плечу, потасовки, шуточные бои позволяют мальчику чувствовать мужскую поддержку отца. Для девочек очень важно, чтобы их обнимали, целовали, гладили мамы. При чём это важно делать с раннего детства, чтобы дети «насытились» этим ощущением близости.

По мере того, как дети растут, они становятся все более нетерпимыми к спонтанным ласкам, но иногда у них возникает острая потребность в родительской любви, выражаемой через телесный контакт, нежность и ласку, поэтому очень важно не пропустить такие моменты.

Помните! Все, что мы с Вами делаем, должно идти на пользу нашим детям, укреплять ребенка, а не разрушать его.



Рекомендации родителям подготовила: Фомичева С.В., старший методист