

## Общаемся с детьми правильно

Что это значит? Мы предлагаем в общении с ребенком использовать такие полезные техники как: техника активного слушания и техника Я-высказывание. Наверное, многие слышали, но мало кто знает, что же точно означают эти слова. Наши малыши действуют так, чтобы получить от нас-взрослых обратную связь в виде внимания, поддержки, похвалы, крик. Да, если ребенок не получает внимание другим способом, то крик для него – это тоже внимание. Подобная реакция переводится ребенком, как «я есть, я здесь».

Так чем же полезны предлагаемые техники? В первую очередь, они помогут наладить глубокий и доверительный контакт с ребенком. Во-вторых, помогут снять напряжение, а также создать атмосферу доброты и комфорта. Если вы освоите эти техники, то ребенок автоматически начнет сам их использовать.

Сегодня поговорим о технике активного слушания. Активное слушание поможет ребенку в будущем улучшить взаимодействие с окружающими, лучше понимать себя. Суть ее состоит в том, что вы «возвращаете» в беседе ребенку то, что он вам рассказал, показал, на что, обратил внимание, при этом обозначая его чувство. Когда ребенок расстроен, обижен, когда ему больно, страшно, когда он очень устал, первое, что нужно сделать – это дать ему понять, что вы знаете о его переживании и слышите его. Например,: Мама с малышом находятся во дворе, малыш играет в песочнице и к нему подходит другой ребенок и отбирает игрушку. Малыш подбегает к маме в слезах и как может показывает на то, что у него забрали игрушку. Привычный ответ: «Ну ничего, поиграет и отдаст». Активное же слушание пред полагает разделение эмоций ребенка и проговорить: «Я вижу ты очень огорчен и рассержен на него». Ответ по способу активного слушания показывает, что родитель понял внутреннюю ситуацию ребенка, готов, услышав о ней, принять ее. Такое сочувствие родителя производит на ребенка совершенно особое впечатление и понимание его, что его слышат, мама рядом с ним и он в безопасности.

Таким образом, активное слушание – полезный навык для налаживания глубоко контакта с ребенком. Ведь всем приятно, когда другой не только слушает, но и слышит, разделяет чувства и ищет пути более глубокого, доверительного общения.