

Консультация для родителей

"Как научить ребенка слышать и слушать"



Мы расскажем про семь шагов профилактики истерик. В начале подумайте, что стоит за сегодняшней истерикой? Истерика – это ошибочное поведение ребенка, подумайте о причинах ошибочного поведения.

1. Используйте другие методы для привлечения внимания

Подойдите к ребенку, дождитесь перерыва в игре, прикоснитесь к нему и посмотрите в глаза. Теперь все внимание — ваше, задавайте вопрос. Ребенок, конечно, может заявить «нет», но уже точно не скажет, что вы ему не говорили. Гораздо труднее игнорировать того, кто смотрит прямо в глаза.

2. Сразу же добейтесь выполнения своей просьбы

Когда вы поняли, что ребенок вас услышал и все равно молчит, тотчас подойдите к нему и помогите сделать то, что просите. Попросите обуть ботинки. Пора выходить. Ребенок посмотрел, улыбнулся и вернулся к игре. Спокойно подойдите к нему со словами: «Я вижу, тебе нужна небольшая помощь. Я могу помочь с ботинками». И у ребенка не остается выбора: либо он надевает сам, либо ему помогает мама. Главное — сохранять спокойствие. Да, это может раздражать: помогать с тем, что ребенок уже способен делать самостоятельно. Но со временем он поймет, что вы подразумеваете конкретное дело, и будет более склонен реагировать на ваши слова с первого раза.



3. Выдержите паузу

Это же так просто: убрать игрушки и вымыть руки, пока мама готовит обед, или найти носки и обувь, пока мама ищет ключи. К сожалению, дети так не могут. Но если ребенка притормозить, помочь сосредоточиться исключительно на задании, то получится все гораздо быстрее. Позовите ребенка, сделайте паузу, установите зрительный контакт и медленно попросите то, что вы от него хотите, сосчитайте до пяти, пока он не ответит. Дети намного медленнее, чем взрослые. Порой им требуется замедление, чтобы обдумать и выполнить просьбу. Пауза также подразумевает ожидание и подчеркнет, что вы ждете выполнения просьбы.

4. Используйте условные сокращения

Введите в ваше общение одно или два кодовых слова в качестве напоминания вместо повторения всей просьбы. Если вы договорились, что ваш ребенок приносит посуду в раковину после еды, то вам не нужно повторять все правило и объяснять его каждый раз. Попробуйте вместо этого сказать: «Волшебные тарелочки» тарелка!». Иногда одна фраза — все, что им нужно.

5. Договоритесь с ребенком, какой ответ вы ожидаете. Потренируйтесь

Иногда ребенок и отлично слышит вас, и даже собирается ответить, и даже выполнить вашу просьбу после того, как закончит свои дела, но он молчит. Он просто не знает, как дать вам это понять, поэтому вы в ответ ничего и не получаете: ни взгляда, ни слова. Точно так же, как вы мы учили его говорить «пожалуйста» и «спасибо», нужно научить выражать согласие, когда вы просите их что-то сделать.

Расскажите ребенку, какой бы вы хотели реакции: «да, мама» или просто «хорошо».

Потренируйтесь на каких-нибудь глупых просьбах, заодно и повеселитесь:

Попросите ребенка надеть его самую любимую футболку, принести самую любимую игрушку. Пожалуйста, покружись на месте и спой песенку. Такая маленькая игра поможет ребенку привыкнуть к новому правилу.



6. Заранее обсудите с вои ожидания, если идете в незнакомую обстановку

Перед походом в новое место, где могут возникнуть сложные для ребенка ситуации, стоит заранее сказать ему, чего вы от него ждете. Предупредите ребенка, что если он вдруг забудет о правильном поведении, то вы напомните ему кодовой фразой “идем шагом”.

Повторять одно и то же по несколько раз — бесполезно: это не работает. Но это не повод расстраиваться, а дополнительный стимул для освоения более эффективных методик коммуникации. Если вы внесете небольшие изменения в то, как вы просите своего ребенка сделать что-то, то в ваших отношениях с родным человеком станет меньше раздражения, и придет больше теплоты, понимания и настоящей близости. А еще будьте для ребенка примером: отвечайте на его просьбы, не игнорируйте их.