

# Стратегии эффективного общения с детьми



Чтобы стать успешным и счастливым, конечно, ребенку недостаточно быть «накормленным и одетым». Он нуждается в ежедневном подтверждении, что важен близким как личность, они интересуются не только его оценками, но и переживаниями. Дети должны быть уверены, что родители выслушают и помогут, поймут и поддержат.

Важные правила общения в семье, которые помогут вашему ребенку стать увереннее и развить коммуникативные качества:

## 1. Разговаривайте друг с другом

У каждого человека есть потребность говорить с окружающими и слушать, что говорят они. Нормальное полноценное общение друг с другом необходимо и детям, и родителям. Разговаривая, учитывайте возраст, интересы и особенности ребенка. Не стройте общение только из рассказа о чем-либо или поучении. Общение – это умение выслушать мнение ребенка, понять его эмоциональное состояние. Если Вы чем-то заняты и не можете выслушать ребенка, не делайте вид, что слушаете его. Скажите, что заняты, что поговорите с ним позже.

## 2. Учитесь слушать ребенка

Способность слушать — ключ к взаимопониманию. Ваш ребенок хочет, чтобы его слушали, не перебивали, не вступали с ним в спор, интересовались его чувствами, взглядами, мыслями, идеями, не настаивали на том, чтобы он слушал только взрослого. Делитесь своими чувствами и интересуйтесь чувствами детей.

## 3. Рассказывайте детям о себе

Если вы можете поделиться с ребенком своими неудачами, проблемами и бедами он легче увидит в вас не только родителя, но и друга, с которым он может, в свою очередь, поделиться чем-то важным.

## 4. Умейте поставить себя на место ребенка

Посмотрите на мир глазами своего ребенка, вспомните, как, возможно, и ваши родители критиковали ваши «клешши», длинные волосы, «битлов». Дайте детям почувствовать, что вы их понимаете.

## 5. Будьте рядом

Важно, чтобы дети знали, что дверь к вам всегда открыта, что у них есть возможность поговорить или просто побыть рядом с вами. Нежные прикосновения и теплый взгляд – это тоже общение, и иногда очень необходимое.

## 6. Будьте тверды и последовательны

Твердость — не значит агрессия. Это значит, что детям известны ваши взгляды на жизнь и естественное желание, чтобы их уважали. Не меняйте своих позиций под влиянием ситуаций. Хорошо, если в семье есть определенные правила и ограничения, которые меняются с возрастом ребенка. Например, полезное семейное правило — звонить, если задерживаешься. Ему должны следовать и дети, и взрослые.

## 7. Старайтесь все делать вместе

Нужно как можно активнее развивать круг интересов детей, чтобы показать им альтернативу, если вдруг им представится выбор, где одним из предложенных вариантов будет вредное вещество.

## 8. Дружите с друзьями своего ребенка

Пусть они приходят к вам в дом, или вам должно быть известно место, где они собираются.

## 9. Помните, что каждый ребенок — уникальный

Помогите ему поверить в себя, решиться сделать то, что у него до этого не получалось. Благодарность, похвала и комплименты должны звучать чаще, чем критика и замечания. Принимайте ребенка таким, какой он есть. Любить детей нужно не из-за внешних или внутренних качеств, а за то, что они есть. Не бойтесь говорить ребенку, что он вам дорог и важен.

## 10. Показывайте пример

Вы — пример для вашего ребенка. Помните об этом, и сами старайтесь соответствовать тем строгим требованиям, которые предъявляете к своему ребенку.

Педагог-психолог

Нестерук Екатерина Петровна