

Консультация «Шесть советов, чтобы вас внимательно слушали»

Складывается впечатление, что у детей в определённом возрасте появляется избирательность слуха. Они отлично слышат телевизор, друзей и даже самые неразборчивые тексты песен. Но когда дело доходит до реагирования на определённые просьбы и требования **родителей** – совсем другая история. Если вы уже прибегали к угрозам, подкупу, крику, **чтобы обратить на себя внимание ребёнка, знайте**: вы не одиноки. По признанию **родителей**, одним из самых трудных моментов воспитания оказывается **«Мой ребёнок меня не слышит»**.

Шесть советов, чтобы вас внимательно слушали:

1. Будьте сами **внимательным слушателем**. Ребёнок не может стать **внимательным слушателем**, если ему будет не у кого этому учиться. Поэтому убедитесь, что вы сами как **внимательный слушатель** служите примером того, что требуете от ребёнка. Покажите, что вы **слушаете супруга**, друзей и, самое главное, самого ребёнка. Хорошим напоминанием служит старая поговорка: **«Не зря нам даны два уха и один рот!»** **Слушайте** своего ребёнка в два раза больше, чем говорите.

2. Говорите вежливо. Самый быстрый способ заставить ребёнка не обращать на вас **внимания** – это использовать такие разновидности коммуникации, как критика, приказы, нотации, навязывание своего мнения, осуждение, запугивание, крик и мольба. Спросите себя, как бы вы хотели, **чтобы** разговаривали с вами, если бы вы были ребёнком, и используйте такой образец общения.

3. Сначала обратите на себя **внимание**, а потом говорите. Прежде, чем начнёте говорить, убедитесь, что ребёнок смотрит на вас. Можно самому присесть рядом с ребёнком, или слегка приподнять его подбородок, **чтобы** он смотрел вам прямо в глаза, или дать словесную команду, **чтобы обратить его внимание**: «Посмотри, пожалуйста, на меня и **послушай то**, что я скажу». Когда вы смотрите друг другу в глаза, ребёнок полностью в вашем распоряжении: это как раз подходящий момент для того, **чтобы** сформулировать свою просьбу. Использование этой техники каждый раз, когда вам действительно требуется **внимание ребёнка**, заставит его **слушать**.

4. Сделайте предупреждение. Иногда детям действительно сложно переключиться, особенно если они заняты тем, что им очень нравится. Кроме того, ребёнок действительно может не слышать вас. Установите временное ограничение: **«Через две минуты мне понадобится твоя помощь»** или **«Я хочу с тобой поговорить через минуту. Пожалуйста, подготовься»**.

5. Понизьте голос. Вместо того **чтобы повышать тон**, понизьте его. Ничто не отбивает охоту быстрее, чем крик, поэтому поступите наоборот: говорите мягче и тише. Обычно это застаёт ребёнка врасплох, и он останавливается, **чтобы послушать**. Педагоги используют эту стратегию на протяжении многих лет, потому что она действенна.

6. Говорите кратко, мягко и точно. Дети становятся восприимчивее, если знают, что им не придётся **выслушивать лекцию**, поэтому пусть ваши просьбы будут краткими и по делу: «Застели, пожалуйста кровать, перед тем, как пойдёшь гулять», «Сейчас тебе нужно подготовиться к школе» и т. п. Ограничение количества слов, входящих в вашу просьбу, тоже помогает. Иногда достаточно одного слова: «Домашнее задание!», «Уборка!» и т. д.

На заметку:

Психологи отмечают, что иногда детям необходимо больше «*времени ожидания*» - времени обдумать то, что они слышат, прежде чем что-то сказать или сделать. Так что если вы задаёте ребёнку вопрос или просите о чём-нибудь, не забывайте подождать, по крайней мере, три секунды. Он воспримет больше информации, вероятность ответа возрастёт, и возможно, он даст вам более полный ответ или лучше выполнит просьбу.